خیال و سائنس
مصنف و مولف: خالد خان خلجی

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

وَ أَن لَّيْسَ لِلْإِنسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ

اور انسان کو اتنا ہی ملے گا جتنی کہ اس نے کوشش کی "القرآن"

خیال و سائنس

مصنف و مولف : خالد خان خلجی

قیمت : 100 روپے

نام کتاب : خیال و سائنس

مصنف : خالد خان خلجی

تعداد : 1000

اشاعت : بار اول

قیمت :

سرورق : عبدالحمید

کمپیوٹر کمپوزنگ : المنصور کمپیوٹر گرافکس کوئٹہ

ادارہ روحانی سائنس

پیر محمد خان خلجی روڈ کوئٹہ پاکستان فون : 840565

انتساب

اپنی والدہ ماجدہ کے نام
جن کی ممتا سے ہمیشہ
سکون و تربیت میں غرق
رہتا ہوں۔

خالد خان خلجی

حرف اول

عزیز ہزاروں دعائیں!
آپ لائق مبارکباد ہیں۔ خداوند کریم آپ کے ذہن رسا کو اور عروج اور بلندی عطاء کرے۔ میری دم دم کی دعا ہے۔ خداوند کریم علم کا سمندر بنادے۔ اور انشاء اللہ ایسا ہی ہوگا کہ میرا بیٹا میرا صحیح جانشین بن جائے گا۔ باقی ہر دم دعا ہے۔

والسلام
شاہ گیلانی

فہرست مضامین

غرض مصنف

ہپناٹزم و ٹیلی پیتھی پر کتابوں کی بازار میں بھرمار ہے جس میں اکثر کاروبار کے لیے لکھی گئی ہیں۔ خادم کی پہلی کتاب "فانوس انجم" کو عوام میں مقبولیت ہوئی دوبارہ ایڈیشن شائع ہوا کتاب میں جو دعوے اور پیشن گوئیاں کی گئیں ان کے درست ہونے کا ثبوت مقبولیت اور دوبارہ اشاعت ہے "فانوس انجم" کے بعد ناچیز کو یہی سمجھ آیا کہ جفر کے بعد علم یکسوئی یعنی ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی ایسا موضوع ہے جس پر آج سے قبل بازار میں کوئی معیاری و تحقیقی کتاب موجود نہیں تھی۔ تمام انگریزی کتابوں کے تراجم اور انگریزوں سے متاثر حضرات کی تصانیف ہیں۔ جس میں کوئی ربط، ترتیب اور کچھ نہیں۔ لیکن ہم نے کتاب "خیال و سانس" میں ایماندارانہ خلوص دل کے ساتھ ہپناٹزم ٹیلی پیتھی اور علم النفس یعنی سانس کے علم پر بھی وہ باربط، ترتیب وار، ذاتی تجربات، مشاہدات اور کوششوں کا عظیم علم و نچوڑ پیش کیا ہے کہ علم دوست اور ماہرین مخفی علوم بہتر جانتے ہیں کہ اس کتاب کا ہر عمل، مشق اور ریاضت کس پائے و درجے کا ہے۔

کتاب میں راہ نمائیں، اصول، خیال، سانس اور قوت ارادی کا جو ایک حسن حاضر خدمت ہے صرف ان سے پاکستان بھر کے بے شمار ساتھیوں کی زندگی میں خط و کتابت اور روحانی جرائد کے ذریعے معیار و انقلاب برپا ہو چکا ہے اب شائقین عام راہ نما اصول اور باتوں کو مد نظر رکھتے ہوئے کتاب کی ریاضتوں، مشقوں اور حقیقتوں کا اندازہ کریں لوگ مختلف دعوے کرتے ہیں اس خاکپائے درویشان کا دعویٰ ہے کہ کتاب "خیال و سانس" کا ہر گھر میں نہیں ہر فرد کے ساتھ ہونا بہت ضروری ہے۔ کتاب میں ہر انسان کے پاس موجود ایسے حقائق کا ذکر ہے کہ آپ اسے کوئی محیر العقل یا پر اسرار کہانی محسوس کریں گے لیکن جب آپ ہماری ذاتی تجربات کا خود تجربہ کریں گے اور حاصل کریں گے تو اپنے علم و تجربے پر داد و [illegible] ناز اور فخر کریں گے تب آپ کا فرض بنتا ہے کہ آپ "خیال و سانس" ہر ہاتھ تک پہنچانے کا وسیلہ بنیں اور اپنے علم و تجربے سے دکھی انسانیت میں خوشیاں بانٹ کر مجھ احقر کو دعاؤں میں یاد رکھیں۔

خادم

خالد خان خلجی

ہپناٹزم و ٹیلی پیتھی کا تعارف

تعلیم یافتہ طبقہ اور شائقین مخفی علوم کی اکثریت اس علم کے نام سے آشنا ہیں اس کے اثرات اور وجود کے قائل بھی ہیں۔ مشرق ان علوم میں کافی پست ہے۔ اس کی اہم وجہ جب تک مغرب کسی علم و فن کے کرشمے مشرق پر عیاں نہیں کرتے تب تک مشرق اس علم و فن کے نام سے بھی ناواقف رہتا ہے۔ حالانکہ علوم و فنون مسلمانوں کی میراث ہے ہم نے اس میراث سے چشم پوشی کر کے دوسروں کے حوالے کیا اور غیروں نے ان علوم سے وہ فوائد اور سہولیات زندگی حاصل کیے جن کی ہم صرف مثالیں دیتے ہیں ۔ ہماری تحقیق و جستجو اور تلاش یہاں تک ہے کہ جب تک کسی امر میں مغرب کا مہر ثبت نہ ہو ہم ان چیزوں کے منکر ہوتے ہیں۔

جب علوم روحانی، جفر، رمل، عملیات، تعویذات جنات کا ذکر آتا ہے تو ہر کوئی بول اٹھتا ہے کہ یہ توہمات بے اثر اور بے ضرر چیزیں ہیں بھلا یہ کیسے ممکن ہے کہ عمل کرنے یا تعویز سے کام بن جاتے ہیں یا انجام پاتے ہیں؟

اور جب ذکر ہپناٹزم یا ٹیلی پیتھی، روحانی سائنس، یوگا وغیرہ کا آتا ہے تو کہہ اٹھتے ہیں کہ یہ ہمارے بس کا روگ نہیں یہ ان کے لیئے ہے جو سیاروں پر قدم رکھتے ہیں۔

اب مغرب نے حالیہ دور میں مخفی اور روحانی علوم فال نکالنا، روح سے باتیں کرنا وغیرہ پر یقین ظاہر کر دیا ہے اور ادھر ہمارے عوام اور روئسا، امرا، وزرا افسران خاص نے بھی مغرب کی تقلید میں سر تسلیم خم کیا۔

ان علوم پر بھروسہ اور اعتقاد علیحدہ بحث ہے لیکن یہ علامت ہے کہ علوم مخفی اور روحانی انبیاء و صوفیا کرام کے تعلیم کردہ ہیں ہم آج تک منکرین علوم میں سے تھے جب

مغرب نے تعویز سے لے کر بد روح اور جادو تک تمام حقیقتوں پر اپنا مہر ثبت کر دیا تو ہم نے توہمات اور تصورات کو حقیقت اور عمل کہنا شروع کر دیا۔

بعض غیروں سے متاثر حضرات انگریزی اور دیگر زبانوں کی کتب کے تراجم کر کے اس علم یکسوئی کو دوسروں کی ایجاد قرار دیتے ہیں۔ مختلف انگریز ماہرین نفسیات و ڈاکٹروں کے نام دے کر کتابوں کو رعب دار بنانے کی ناکام کوشش کرتے ہیں۔

حضرت عمر فاروقؓ کے دور خلافت میں آپؓ جمعہ کے دن خطبہ فرما ہوتے ہیں اور مسلمانوں کا لشکر سینکڑوں میل دور کفار کے خلاف صف آرا ہے آپؓ منبر سے ہی سپہ سالار مسلمان لشکر کو حکم و پیغام بھیجتے ہیں کہ پہاڑ کے پیچھے سے ایک لشکر کفار چھپ کر حملہ کرنے والا ہے آپؓ کا یہ پیغام سپہ سالار اس فاصلہ پر بھی وصول کر لیتا ہے اور بعد میں واپسی پر سپہ سالار اس امر کی تائید کرتا ہے کہ ہمیں ایسے لگا جیسے امیر المومنینؓ ہمارے سروں پر ہو اور آواز دے رہا ہو۔ یہ روحانی اور ایمانی روابط ہیں۔ آج یہ گمان عروج پر ہے کہ واقعی غیروں نے ترقی اور پیش رفت کی ہے نہ صرف دیگر علم و فن میں بلکہ ہپناٹزم و ٹیلی پیتھی میں بھی وہ ہمیں بہت پیچھے دھکیل چکے ہیں۔

اس پستی اور زوال کی وجہ ہمارے معاشرے کا ایک ان پڑھ فرد بھی بہت خوب بتاتا ہے کہ سعی اور محنت کا فقدان ہے دنیا کے مختلف ممالک میں عجیب و غریب انسان پائے جاتے ہیں۔ کوئی آنکھوں سے کیا کرشمے دکھاتا ہے تو کوئی بند آنکھوں میں کیا دیکھتا ہے ۔ کوئی سانس روک کر پریشان و حیران کر دیتا ہے۔ ملزم کو ہپناٹزم کے قید میں لا کر راز اگلوائے جاتے ہیں بچوں کی ذہنیت کو پرکھ کر تعلیم دی جاتی ہے عام بیماریوں، امراض اور عادات کا ہپناٹزم سے علاج کراتے ہیں۔ پاگل کو پتھر نہیں مارتے وجہ پاگل پن تلاش کرتے ہیں دوسروں کے سکون

کے لیئے مختلف الختلف طریقے وضع کرتے ہیں اور نہ جانے دیگر کتنی مخفیہ امور میں اس علم کو استعمال کیا گیا ہوگا۔۔۔۔۔۔۔؟

ہمارے ہپناسٹ و ٹیلی پیتھ حضرات اپنے علم کو سینے میں چھپائے رہتے ہیں ہپناسٹ کہلانا ان کی نظر و عزت میں عیب ہے۔ پیرو مرشد ہونا پسند کرتے ہیں حالانکہ اکثر ان کے عجیب کرشمے علم یکسوئی سے ہی انجام پاتے ہیں یہی علم تعلیم کرتے وقت کچھ اور نام دیتے ہیں کتاب جو آپ کے ہاتھ میں ہے اس کا اصل مقصد یہی ہے کہ علم یکسوئی کے حقائق اور ان کی ریاضت تحقیق سے عوام کو آگاہ کیا جائے۔ مستند مشقیں اور ریاضتیں پیش کی جائیں عملیات و وظائف میں رجعت کا خوف رہتا ہے یکسوئی کی مشقوں میں یہ خوف و ڈر نہیں ہوتا لیکن بے ترتیب اور غلط مشق کرنے سے انسانی صحت خاص کر آنکھوں اور دماغ کا ضائع ہو جانا ممکن ہے

کتاب ہذا میں مشقیں اور ریاضتیں اس ترتیب اور ربط کے ساتھ بیان کی جائیں گی جس طرح یہ مشقیں میں ناچیز خود کر چکا ہوں بلکہ کتاب میں تجربات و مشاہدات اور ترکیب و استعمال کو اس طرح پیش کیا جائے گا کہ کسی مرحلے پر الجھن یا سوال ذہن میں نہ کھٹکے مجھ خطاکار پر اس علم کا انکشاف بھی روحانی استاد محترم قبلہ علامتہ الدھر مرحوم حضرت غلام عباس شاہ گیلانی صاحب آف شور کوٹ نے کیا۔ قطع نظر روحانی باپ کے یہ حقیقت ہے کہ پاکستان میں اس علم کی جتنی خدمت آپ ؒ نے کی شاید کسی نے کی ہو۔ مختلف روحانی رسائل اور کتب کے علاوہ بے شمار صحت یاب ہونے والے مریض اور سائل معتبر گواہ ہیں جو اپنی مرادوں کو پا چکے ہیں۔ آپ نے جتنی تحقیق و جستجو اور تجربات کے ان کے لیئے الگ دفتر درکار ہے۔ آپ نے ہر علم کی الگ الگ پہچان کرا کے عوام پر احسان عظیم

فرمایا۔

پاکستان کے بڑے شہروں میں چند ایک ہپناٹزم کے کلینک چلتے نظر آرہے ہیں یہ ایک مثبت و جرات مند کام ہے اس سے عام بے اثر اور معتبر ادویات کے کاروباری طبقے کی حوصلہ شکنی ہوگی۔ جو حضرات گوشہ نشین ہیں ہماری گذارش ہے کہ ڈٹ کر میدان عمل میں آئیں اور خلق خدا کے کام آئیں۔

ہپناٹزم :۔

کتاب کے مطالعے سے تمام قارئین جان جائیں گے کہ ہپناٹزم کیا ہے کیوں کر اثر اور وجود رکھتا ہے تاہم اس کے معنی و مطلب سمجھنے کے لیئے یہ ہے کہ ہپناٹزم انگریزی زبان کا لفظ ہے جس کے معنی "غنودگی" "نیند جیسی حالت" یا "نیم خوابیدہ" کے ہیں لفظ ہپناٹزم انگریزی کی مقرر کردہ ہے جبکہ اسلامی روحانی تعلیمات مراقبہ میں سے اخذ شدہ ادنی سے ادنی درجے یا حیثیت کو ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی کہہ سکتے ہیں۔

ہپناٹزم کی قوت سے کسی بھی انسان کو نیم خوابیدہ کیا جاتا ہے اس عالم تنویم میں (ہپناسٹ "عامل") (ہپناٹائز شدہ "معمول") کو حکم یا پیغام دیتا ہے اور پھر عامل معمول کو واپس عام حالت میں لے آتا ہے۔ اب معمول نے جو پیغام حکم یا بات دوران غنودگی وصول کیا اس پر دل و جان سے عمل کے لیئے کوشش کرے گا۔ یہ پیغام یا حکم کسی بھی نوعیت کا ہو گا تو معمول عامل کے حکم کا تابع ہوگا۔ معمول کو بالکل خیال یا احساس نہ ہوگا کہ وہ کیوں کر یہ کام کر رہا ہے

ہپناٹزم کو جائز و ناجائز ہر دو کے لیئے استعمال کیا جا سکتا ہے مثلاً کسی کو "عمل تنویم"

میں حکم دیا جائے کہ چوری کر، فلاں سے لڑائی کر، ڈاکہ ڈال مطلب ہر وہ کام جس سے شیطان راضی ہو اس کے برعکس ہر وہ کام بھی ہو سکتا ہے جس میں رضا رب ہو، فخر وہ بتا انسانیت ہو مداوا دکھ اور ذہنی و قلبی سکون ہو۔

ٹیلی پیتھی :۔

یہ بھی انگریزی زبان کا لفظ ہے جس کے معنے "رابطہ کا عمل" رابطہ کا طریق اور ترسیل خیالات وغیرہ کے ہیں۔ ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی کا چولی دامن کا ساتھ ہے جب انسان یکسوئی ارتکاز توجہ کی مشقیں کر لیتا ہے تو دونوں شعبوں میں عبور پا لیتا ہے ہر دو کا تعلق یکسوئی اور قوت ارادی سے ہے۔ جب یہ قوتیں بیدار ہو جاتی ہیں تو ان میں ملکہ حاصل کرنا مد ہو جاتا ہے۔ ٹیلی پیتھی میں مزید ارادے کی مضبوطی اور یکسوئی کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہپنا ٹزم کے عمل میں معمول کی موجودگی ضروری ہے جبکہ ٹیلی پیتھی ہزاروں میل دور آپ کا پیغام کسی کے دماغ پر چھا سکتا ہے۔

دور دراز مقامات اور خطوں کے افراد خیالات کو قبول کرنے پر مجبور ہوں گے کسی کی کیفیت، حالت معلوم کر سکتے ہیں یکسوئی کی کامل پختگی تو کمال کر دیتا ہے آپ دنیا کے کسی بھی خطے کے کسی بھی شخص، مقام، شہر کی تصویر ٹیلی ویژن کے اسکرین کی طرح اپنے خیالات و دماغ میں ابھار سکتے ہیں یہ نقشہ بالکل خیالی و فرضی نہ ہو گا بلکہ من و عن عین حال کے مطابق ہو گا۔ ٹیلی پیتھی میں کامیابی پر انسان مختار ہے جو پیغام تصور، حکم، بات، خیالات کے لہر پر بھیجے گا اسی پر مطلوبہ عمل ضرور ہو گا کوئی پس و پیش نہ ہو گا۔

لوگ آئے دن اپنے خیالات میلوں دور لوگوں پر پھینکتے ہیں۔ مضبوط قوت ارادی و پختہ خیالات رک نہیں سکتے اس کے سامنے کوئی چیز مشکل ڈھال نہیں ہو سکتا وہ خیال

نے سفر کیا اور برق کی طرح کام دکھایا۔ اسے ہم ہپناٹزم سے قوی تر کہیں گے کیونکہ ٹیلی پیتھی میں معمول کی موجودگی لازمی نہیں۔ جبکہ ٹیلی پیتھی سیکنڈوں میں مشرق سے مغرب میں پہنچ چکا ہوتا ہے۔

مشاہدات اور حقائق یکسوئی :۔

ارتکاز توجہ کے اثر اور وار کو آنکھوں سے دیکھا نہیں جا سکتا بلکہ احساس یا گمان ہو جاتا ہے کہ کوئی عمل یا طریقہ کار فرما ہوا ہے بالکل بجلی کی لہر کی طرح کہ کرنٹ سے فوائد تو لیتے ہیں لیکن کرنٹ دیکھا نہیں گیا۔ اسی طرح یکسوئی کے کمالات ہیں۔ ان کی افادیت اور اثرات وجود میں آتے رہتے ہیں۔

اولیاء اللہ، صوفیائے کرام کے رابطے بغیر قاصد اور خطوط کے قائم رہتے ہیں۔ حسب منشاء دوسروں کو خواب دکھاتے ہیں۔ فقراء اور عامل یکسوئی کے سامنے جانے سے سائل کی کیفیت اور خیالات کو بھانپ لیتے ہیں۔ بغیر سوال کے جواب دیتے ہیں۔ حال بتائے بغیر حاجت میں مدد تعاون فرماتے ہیں۔ بغیر فال یا قرعہ کے غائب کا حال اور سمت بتاتے ہیں۔ کسی مقام کا نقشہ یوں بیان کرتے ہیں گویا وہیں سے بتا رہے ہیں اور اسی مقام پر موجود ہیں۔

اسلامی یکسوئی، مراقبہ علم و عرفان اور ولایت کا درجہ یا مقام اس سے کئی گنا بڑھ کر اعلیٰ وارفع ہے ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی اسلامی روحانیت کی دھول ہے۔ ہر مذہب میں روحانیت کا عنصر غالب ہے۔ ہر مذہب کا دعوی بلند تر ہوتا ہے۔ لیکن اسلام کی روحانیت کو وہ فضیلت و خصوصیت رب حاصل ہے کہ اختار روحانیت غیر مذہب لہٰذا روحانیت اسلام ہے۔ جہاں غیروں کی روحانیت کے پر جل جاتے ہیں وہاں اسلامی روحانیت لطیف کو ذکر

اللہ واحد کے وہ پر لگ جاتے ہیں جس کی منزل خالق برحق کی دوستی ہے چونکہ غیر مذہب کی روحانیت جادو کی طرح صرف زمین تک محدود ہے اور ہماری منزل واثر عرش، کرسی، لوح و قلم سے نازل ہو کر نیچے تحت الثریٰ تک ہے۔ پھر موازنہ کیا مقابلہ کیا ....؟

معمولات و حوادث زندگی ہے کہ فلاں مملکت میں فلاں تبدیلی آئی۔ فلاں صدر یا وزیر اعظم نے یہ کیا، فلاں سائنسدان غدار ہوا پاگل ہوا۔ فلاں جنرل نے بغاوت کی فلاں حکم جاری کیا۔ یہ مشہور مثالیں ہیں ان تمام امور میں علم یکسوئی اور خیال کا دخل ضرور اور ضرور ہوتا ہے۔ دنیا کے ہر ملک اور خطے کے کونے کونے میں اس علم کے ماہرین موجود ہیں۔ جن میں چند ایک اس علم میں کمال فن حاصل کر کے ملک و قوم کی عظمت کے لیے بیش بہا کام کرتے ہیں اکثر ماہرین ذاتی غرض اور امور تک محدود ہو جاتے ہیں جبکہ ملک و قوم کے لیے کام کرنے والے دوسرے ماہرین غیر ممالک کی اہم شخصیات کو ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی کے ذریعے زیر کرنے کے درپے ہوتے ہیں۔

بڑی شخصیات صدور، وزراء جرنیلوں کو قابو لانا آسان نہیں کیونکہ جب ان کی طرف پیغام بھیجا جاتا تو یہ عوام اور مشیروں میں گھیرے ہوئے ہوتے ہیں اور اعتراضات اور مشاورت کے مقید ہوتے ہیں اور بار بار سوچنا ہر پہلو کو سوچنے کے علاوہ اعتراضات اور مشاورت، ارسال شدہ پیغام کو دھندلا کر دیتا ہے۔ ہمارا دعویٰ ہے کہ ہپناٹسٹ یا ٹیلی پیتھ کے ایک ہی بار کے لہری پیغام سے کوئی معمول اثرات کے شیشے میں بند نہیں ہو سکتا۔ بلکہ چند بار مضبوط قوت ارادی اور مضبوط خیال کے ساتھ پیغام کو ہوا کے دوش پر بھیجنا ہوگا۔

دو تین بار سے مطلوبہ پیغام اٹل اثر نہیں دکھا سکتا جیسے کہ بعض نام نہاد قصوں،

کہانیوں اور فلموں میں ہوتا ہے یہاں تو جتن کرنا ہے گر گر کر شہسوار بنتا ہے۔ موجودہ حالات میں تمام ممالک کے نامور سائنسدانوں اور جرنیلوں پر سخت پہرے اور پابندیاں ہیں؟ تاکہ مخالف تخریبی عمل نہ کر سکے فارمولے اور راز نہ اگلوائے مختلف ذرائع سے معلوم ہے کہ مغرب نے اس علم کو کیسے استعمال میں لایا ہے۔

گورباچوف نے سوویت یونین کو ٹکڑوں میں تقسیم کر دیا۔ جارج بش جاپان میں کرسی سے گر پڑتے ہیں غنودگی کی کیفیت ہو جاتی ہیں طبی معائنہ کرنے پر وجہ معلوم نہ ہو تو یہ کیسا اثر ہے؟ ہٹلر کے بارے میں مشہور ہے کہ مجمع کو ہپناٹائز کر کے خطاب کرتا۔ لینن تمام روس میں واحد منفرد نظریے کا علمبردار تھا۔ اس نظریے کو مضبوط خیال سے منوایا یکسوئی کی پختگی کا کمال ہے کہ لینن کے خیال میں ناکامی کا تصور لمحہ بھر کے لیے نہیں آیا اور محمد ترہ کئی نے تمام افغانستان میں انقلاب برپا کیا امام خمینی نے شہنشاہ ایران کا تختہ الٹ دیا۔ نیلسن منڈیلا نے مضبوط خیال اور ارادے سے افریقہ کا نظام تبدیل کیا۔ مزید ایسے افراد کی بے شمار مثالیں ہیں جنہوں نے قوت ارادی یکسوئی اور استقامت کے گھوڑے پر بیٹھ کر کئی خطرناک اور مشکل ترین صحراؤں کو پار کیے۔

ایسے افراد و اشخاص کی گنتی کرنی مشکل ہے۔ جو کامیاب اور خوشحال زندگی بسر کر رہے ہیں لیکن بے ہنگم اور بے جا آبادی کی بناء پر مشہور نہ ہوئے یا ان کے ارادے اور منزلوں کا ہدف یہی ہوگا۔

پاکستان اور آس پاس کی مختلف ہستیوں اور معروف اشخاص کا مطالعہ کیا جائے تو یہ حقیقت سامنے آئے گی کہ واقعی ان کے ارادے پہاڑ سے بھی زیادہ مضبوط ثابت ہوئے ہیں دل و دماغ میں لفظ "ناممکن یا مشکل" کو بھی جگہ نہیں دیتے جبکہ عام لوگ عام زندگی میں معمولی پریشانی اور تکلیف سے گھبرا کر ارادے اور خیال کے علاوہ اپنے گھر بار کو تبدیل کر دیتے ہیں

۔بڑھاپے کے خوف سے جوانی کو ضائع کر دیتے ہیں۔ موت سے ڈر کر زندگی کو اجیرن کر دیتے ہیں۔

ہم زندگی میں حقیقتوں کا سامنا کرتے وقت ڈرتے ہیں حقیقت کو ماننا ہی زندگی کی کامیابی ہے۔ حقیقت سے خوف کو دل سے دور بھگایا جائے تو زندگی بہت حسین، روشن، واضح منزل اور مقصد کے ساتھ نظر آئے گی۔ فطرت کے ساتھ آج تک لڑائی یا جنگ میں کسی کو فتح ہوئی ہے نہ ہو گی۔ البتہ فطرت و قدرت نے آپ کو جو شرف اور توانائی زندگی گذارنے کے لیئے بخشی ہیں انہیں استعمال کرنا ہی کامیابی اور زندگی ہے۔ اور یہی قدرت کا تقاضہ اور ضابطہ ہے اس طرح فطرت کے نظام میں کوئی ہم و پیام کیا جا سکتا ہے۔

سانپ اپنے شکار کو گھور گھور کر مپناٹائز کر لیتا ہے چونکہ سانپ کی آنکھیں ہمیشہ کھلی رہتی ہیں اسی لیئے مپناٹائز کرنے کی خصوصیت آنکھوں میں ہوتی ہے۔ انسان کا سانپ سے خوف یا ڈر کی وجہ بھی سانپ کی آنکھوں کا اثر ہے کہ انسان پر غنودگی یا سکوت کی حالت طاری کر دیتا ہے بالکل اسی طرح کبوتر بلی کو دیکھ کر آنکھیں بند کر لیتی ہیں یہ ہپناٹائز ہی تو ہے۔ بلی چڑیا اور چوہے کو شکار کرتے وقت چند لمحوں کے لیئے گھورتی ہے تب مطلوبہ شکار پر غنودگی کی کیفیت چھا جاتی ہے۔ اس طرح بلی اپنے وار اور مقصد میں ناکام نہیں رہتی ۔حالانکہ بلی چوہے کے بل میں جا نہیں سکتی اور چڑیا کے ساتھ اڑ نہیں سکتی۔ بعض اوقات تو بلیاں بچوں میں گیند کی طرح شکار کے ساتھ کھیلتی رہتی ہیں اور شکار غنودگی کی حالت میں رہتا ہے۔ کسی بند کمرے میں بلی کو تنگ کرنا شروع کیا جائے تو بلی کی تیز و خونخوار آنکھیں یقیناً آپ کو لمحہ چند کے لیئے ہپناٹائز کریگا۔ اس طرح کے واقعات و حالات زندگی میں رواں دواں ہیں جہاں یکسوئی اور تصور کی پختگی اپنے اثرات کے نقوش دکھاتے اور چھوڑتے ہیں۔

ایک اچھی شخصیت کو اسٹیج پر تقریر و بیان کے لیئے مدعو کی جاتی ہے لوگ توجہ

نہیں دیتے جبکہ بسا اوقات عام سا آدمی بولنے اٹھتا ہے تو سناٹا سا ہو جاتا ہے یہ اس شخص کے ارادے اور خیال کی طاقت ہے۔

کبھی کبھار کسی محفل میں ایک فرد وہ تین باتیں کر کے محفل کو ساکن کر دیتا ہے۔ رش بھیڑ میں بھی کبھی کوئی شخص آتا ہے تو ہر کوئی اس کے اثر کو قبول کر لیتا ہے اور لوگ مغلوب ہو جاتے ہیں۔

بعض دوست کسی مجمع یا محفل میں جانے میں ہچکچاہٹ محسوس کرتے ہیں۔ جلد کسی کونے میں بیٹھ جاتے ہیں او نچا دیکھنے سے کتراتے ہیں جبکہ بعض لوگ اس کے برعکس ہوتے ہیں۔ پہلے ہچکچاہٹ کی وجہ " اجتماع توجہ "کا مٹ جانا یا محفل و مجمع کے لوگوں کی نظروں سے ہپناٹائز ہو جانا ہے۔ کیونکہ کسی جماعت میں داخل ہوتے ہی تمام لوگوں کی نظریں آپ پر لگ جاتی ہیں اتنی تعداد میں آنکھیں جب آپ پر متوجہ ہو جاتی ہیں تو یقیناً آپ یکسو نہ رہ سکیں گے اگر آپ نے ان تمام آنکھوں کا مقابلہ کیا تو آپ بھی ایک کھلاڑی کی طرح ان لوگوں کو توجہ نہ دیں گے بلکہ اپنے غرض سے تعلق ہو گا کھیل کے میدان میں اکثر کھلاڑی لوگوں کی توجہ سے گھبرا کر ہار جاتے ہیں لیکن کامیاب لوگ کسی دفتر، میدان، اجتماع، محفل، جلسہ میں جاتے وقت یا حکام بالا صدر وزراء، آفیسران بالا کے روبرو ہونے سے قبل اپنی تمام تر توجہ کو یکجا کر کے قوت یکسوئی حاصل کر کے تب پیش و مخاطب ہوتے ہیں۔ اور مد مقابل کو کام کرنے یا مغلوب ہونے پر راضی کر لیتے ہیں۔

ارادے اور خیال کی کمزوری کو بعض لوگ شرمیلا پن کا نام دیتے ہیں۔ جو کہ درست نہیں۔ بعض امور کا نتیجہ خوف یا خوشی کی صورت میں قبل از وقت ہمیں معلوم ہو جاتا ہے اور کام کا نتیجہ بالکل اندازہ یا گمان کے مطابق ہوتا ہے۔ یہ ہماری ارتکاز توجہ ہی کی پیش گوئی ہے ہندو مذہب میں دوسرے جنم کا تصور غالب ہے، ہم کبھی کبھار کسی ایسے واقعہ

، مقام، مکالمہ، نقشہ، خاکہ یا منظر میں سے ضرور گذرتے ہیں جہاں یہ خیال ذہن میں آجاتا ہے کہ جیسے یہ واقعہ مکالمہ یا منظر پہلے بھی کبھی میرے سامنے یا میرے ساتھ من و عن حرف بہ حرف پیش ہوا ہے۔ واقعہ یا مکالمہ کے شروع ہوتے ہی اندازہ ہونے لگتا ہے کہ اب یہ ہوگا۔ فلاں یہ کہے گا۔ فلاں یہ بات کہے گا اب یہ پیش رفت ہوگی۔ وغیرہ وغیرہ بالکل کسی دیکھی ہوئی فلم، ڈرامہ یا خواب کی طرح، ہر انسان اپنی زندگی میں ایسے واقعات محسوس کرتا رہتا ہے۔ اسے ہندو مذہب میں دوسرا جنم تصور کیا جاتا ہے کہ یہ پہلے جنم کے واقعات ہیں جو اس جنم موجودہ میں پیش آرہے ہیں مستقبل اور آئندہ کے واقعات و حالات سے آگاہ ہونا یکسوئی کا کام ہے اور انسانی دماغ میں موجود غدہ ولطیہ کا کمال ہے جس کی خوبی و اثر کا ذکر آئندہ کے اوراق میں ہوگا۔

سوتے میں انسان عجیب و غریب امور مخفی سے آگاہ ہوتا ہے جو کہ جاگتے میں محال ہے یہ کیا ہے کونسی قوت و طاقت ہے جو ہمیں لیئے لیئے شمال، جنوب اور کرہ ارض کا قریہ قریہ دکھاتا ہے۔ غور و فکر کی رو اختیار کی جائے تو معمولات حیات حال ماضی قریب و بعید میں ایسی، ہستیوں کا خاکہ و خیال ذہن میں ابھر آتا ہے کہ ہم کہنے پر مجبور ہوں گے کہ حقیقت میں ان حضرات نے یکسوئی کے عجائبات دکھائے ہیں اور یہ حقیقت ہے کہ یکسوئی کی ریاضت و مشق انسان کو دوسروں کی نسبت علیحدہ اور منفرد بناتا ہے۔ جو مشاہدات و تجربات دیکھنے میں آتے ہیں بیان سے باہر ہیں ہر معاملہ اور مسئلہ میں بااثر اور کلیدی کردار ہوتا ہے۔ انفرادیت ذات کو انسان محسوس کرنے لگتا ہے لوگ مغلوب ہوتے ہیں یہ علیحدہ امر ہے کہ آپ لوگوں کے دل و دماغ پر چھا جاتے ہیں لیکن یہ تاثر لوگ زبان سے تسلیم نہیں کرتے کہ ہم متاثر ہیں اور یہ زبان خلق سے معلوم کرنے کی آپ کو چنداں ضرورت بھی نہیں ہونی چاہیئے۔ کیونکہ پھول جب کھلتا ہے تو ہر کوئی اسکی خوشبو سے متاثر

ہوئے بغیر نہیں رہ سکتا۔

افادیت :

ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی روحانی سائنس ہے۔ اس کے وجود سے انکار نہیں کیا جا سکتا حصول ممکن ہے اس کی قوتیں حاصل کرنے کے بعد انسان اک نئی زندگی میں قدم رکھتا ہے۔ اور اک ایسی قوت و طاقت کا مجمع بن جاتا ہے کہ ہر کام و عمل میں اپنے اثرات سے حیران رہتا ہے۔

اس علم کے ذریعے بری عادات، نشے کی عادت، جھوٹ کی عادت، چغلی کی عادت، زنا کی عادت اور چوری جیسی عادات کا خاتمہ کرایا جا سکتا ہے۔

غصہ، فکر، رنج، خوف اور وہم تک کا علاج ممکن ہے، مرگی، بہرہ پن، فالج، دمہ، اندھا پن، لکنت، سل، دق، ہسٹریا، نامردی کا علاج ہوتا ہے۔ دردوں کا علاج، عبادت کا شوق، سچائی، محبت اور خلوص کے جذبات پیدا کر کے ان کے عموی کرشمے ہیں۔ لوگوں سے کام نکلوائے جا سکتے ہیں۔ اپنی بات اور مقصد منوایا جا سکتا ہے۔

غلط اور ناجائز کاموں میں بھی اسکا استعمال ہو سکتا ہے جس کی وضاحت ضروری نہیں ان پر عبور کے بعد عامل ہر دو راستوں کا طریقہ جان جاتا ہے۔

یہ علم عجائبات کا گنجینہ ہے جس سے انسانی عقل چکرا جاتی ہے اس کے اثرات جس کسی پر پھینکے جائیں اسے بے دام غلام بننا پڑے گا۔ فوائد بے شمار ہیں۔ وہ حضرات محترم جن پر پریشان و بدحال لوگوں کا تانتا بندھا رہتا ہے۔ جیسے مرشد، حکیم، ڈاکٹر، عامل، منصف، ناصح وغیرہ ان کے لیئے ثواب عظیم ہے کہ یکسوئی کے کرشمے دکھائے۔ کئی حضرات دکھی انسانیت کے طبیب روحانی و جسمانی ہیں یکسوئی میں جس نے کامیابی

حاصل کرلی اس نے اپنے لیے گویا من پسند زندگی خریدلی۔

ہیپناٹسٹ اور ٹیلی پیتھ کون بن سکتا ہے؟

اس بارے میں ماہرین کی مختلف رائے قائم ہیں۔ ہر ماہر شائق کو دیکھ کر یا نام معلوم کر کے یا پھر تاریخ پیدائش اور طالع وقت وغیرہ کا حساب لگا کر احکام صادر کرتے ہیں جنکا ذکر وحت یہاں بے کار ہے۔ کیونکہ مجھ فقیر کا مشاہدہ و تجربہ رہا ہے کہ مختلف ماہرین کی مختلف قائم کردہ رائے اور دلائل کافی غلط ثابت ہوئے ہیں۔

ہر وہ شخص مرد عورت لڑکا لڑکی اس کے کمالات کو پا سکتا ہے جس میں کسی کام کو انجام دینے کا شوق بدرجہ شدت پایا جاتا ہو۔ کسی چیز میں ہمہ تن متوجہ ہو جانا ہی کامیابی کی علامت ہے۔ اگر آپ ہمت و محنت کے شہسوار ہیں تو مختلف دلیلیں آپ پر صادر نہ ہو سکیں گی محنت کسی کے باپ کی میراث نہیں محنت محدود نہیں دنیا میں محنت اور ہمت ہی وہ قوتیں ہیں جو انسان کو کامیابیوں اور کامرانیوں کے مسکن پر پہنچاتا ہے۔ جس شخص میں یہ قوتیں مضبوط ہوں گی اس علم کے سچے اور حقیقی مالک بنیں گے سعی اور محنت شرط اول ہے تن آسان لوگوں کا کام نہیں ایسے لوگوں کو دعوت عمل دینا غلط ہے۔ کام وہی انجام پاتے ہیں جس میں انتہائی دلچسپی لی جائے باتوں سے کام ہوئے ہیں نہ ہوں گے کام نامکمل کرنے سے بہتر ہے کہ کام کی زحمت ہی نہ کی جائے ارادہ قوی ہے لگن ہے شوق ہے استقامت ہے تو راہیں آسان ہیں یہی کتاب صحیح کامل اور مستند استاد ہے۔ اصل اور درست ریاضتیں منتظر ہیں کوئی شخص مادر زاد عالم نہیں ہوتا ریاضت وظائف اور محنت ہی انسان کو اس مقام پر پہنچاتا ہے جہاں دوسرے ان کی خدمت میں زندگی گزارنے پر فدا ہوتے ہیں۔

ریاض کا مراتب ہے کہ محنت میں وقفہ نہ ہو مشق میں ناغہ نہ ہو جس طرح کھانے

پینے سونے کا وقت مقرر ہے اسی طرح ان ریاضتوں کو وقت دیا جائے۔ نماز کی طرح یہ ریاضتیں بھی آپ کی روحانی غذا ان جائیں۔ تب ان کے اثرات سے آپ لوگوں کے اذہان پر عجیب الصفت انسان کے طور پر منقش ہوں گے۔

ہیپناٹزم اور ٹیلی پیتھی کی وجہ اثرات:

اس سے قبل یہ بات گوش گذار کر اچکا ہوں کہ اس علم کو یا اس کے اثرات کو دیکھا نہیں جاسکتا۔ یہ خفیہ طریقے و قوت سے کام کر جاتا ہے۔ علم سائنس کی رو سے اس کی وجہ اثرات دراصل انسانی دماغ کے لاشعوری حصے میں موجود دو غدود ہیں جسے انگریزی میں (پی نیل گلینڈ) یعنی غدہ صنوبری اور (پچوٹری گلینڈ) یعنی غدہ بلغمیہ کہتے ہیں۔

یہ غدود سوئے رہتے ہیں۔ انہیں ریاضت اور مختلف مشقوں سے بیدار کیے جاسکتے ہیں۔ جب یہ غدود بیدار ہو جاتے ہیں تو ہپناٹزم، ٹیلی پیتھی، مسمریزم، اور مراقبہ جیسے یکسوئی سے تعلق رکھنے والے امور پر گرفت حاصل کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ ہر شے کے دو رخ ہوتے ہیں جو کہ مسلمہ اصول ہے۔ انسان ظاہری طور پر دو آنکھیں رکھتا ہے۔ جس سے وہ ظاہری چیزوں کو دیکھتا ہے۔ غائب و مجہول اور مخفی حساس اشیاء کا دیکھنا ان کے لیے محال ہے مخفی چیزوں کا دید و نظارہ کرنا تیسری آنکھ کا کمال ہے۔

تیسری آنکھ ہماری ناک کی جڑ سے اوپر ایک انچ کے فاصلے پر عین پیشانی کے وسط میں ہے۔ اسی آنکھ کو ہی غدہ صنوبری کہتے ہیں۔ جبکہ غدہ بلغمہ اس کی معاون ہے جسے پچوٹری گلینڈ کہتے ہیں ان غدود کو بیدار کرنے کے دو طریقے ہیں۔ نوری یا ناری۔

نوری طریقہ اسلامی ہے جسے علماء و فقرائے اسلام نماز روزہ، ذکر، تقوی تصور اسم اللہ جل

جلال سے منسوب کرتے ہیں۔

جبکہ شمع بینی، آئینہ بینی، ماہتاب بینی، آفتاب بینی، بلور بینی، آنکھ بینی، نقطہ بینی وغیرہ ماری طریقے ہیں۔ ان ہر دو کا مقصد تیسری آنکھ کا بیدار کرنا ہے۔ اس کے علاوہ ہر مذہب میں اس آنکھ کو بیدار کرنے کے لیئے مختلف ریاضتیں قائم ہیں جنکا مقصد یکسوئی اور استغراق حاصل کرنا ہے۔ مسلمان اس علم سے شروع سے ہی واقف ہیں جبکہ دیگر مذاہب نے حال ہی میں اسے مختلف ذرائع اور تحقیق سے حاصل کیا یہ اور بات ہے کہ انہوں نے اپنے خیالات اور تجربات کو بلا حیل کتابوں کی نظر کیئے۔ دوسروں سے خیالات منوانا، خیالات وصول کرنا یا خیالات اور ارادوں کا بھانپ لینا غدہ صنوبری کی خاصیت ہے غدہ صنوبری کے ذریعے لہری پیغامات بھیجے جاتے ہیں جو کوسوں میلوں دور خیالات و پیغامات کو روک ٹوک کے بغیر پھینکتے ہیں ان خیالات کا قطع نہیں ہو سکتا مطلوب اشخاص پر متعلقہ مقامات میں خیالات کا ضرب اور وار یقینی ہو جاتا ہے۔ اور ان افراد کے لاشعور ان پیغامات کو وصول کرنے پر مجبور ہوتے ہیں۔ دوسرے غدہ یعنی غدہ بلغمیہ کا کام یا تعلق کشف وجدان القائے غیبی اور مخفی امور کی آگاہی سے ہے مستقبل اور آنے والے حالات و واقعات کا اندازہ یا گمان ہو جانا یا خبر ہو جانا قبل از کلام کے کسی بات کا جان جانا جسے دوسرے جنم سے منسوب کیا جاتا ہے۔ یہ تمام کمالات غدہ بلغمیہ کے ہیں کسی بھی فرد یا سائل کے خیالات کے متعلق صحیح آگاہی درکار ہو تو تیسری آنکھ کی قوت سے ممکن ہے۔

انسانی خیال آوارہ گرد ہے یکسوئی کی مشقوں کا غرض و مقصد یہی ہے کہ خیال کو آوارہ گردی سے روکا جائے اور خیال کو ایک ہی نقطہ و مرکز پر لایا جائے جب انسانی دماغ اور آنکھ کو کسی ایک مقام پر مقید کیا جاتا ہے تو یہ غدود بیدار ہونے لگ جاتے ہیں مسلسل مشق اور ریاض سے خیال ایک نقطہ پر قائم ہو جاتا ہے اس طرح خیال ایک تیز دھار تیغ بن جاتا

ہے اسی خیال کی قوت سے کام ہو سکتے ہیں اس پختہ خیال اور استغراق کی حالت میں جب پیغام دماغ سے نکلتا ہے تو ہوا پر لازم ہو جاتا ہے کہ آپ کے اس پیغام کو کرہ ارض میں پھیلا دے۔

ہم اپنے ذہنوں میں لوگوں کے لیئے جو خفیہ رائے، منصوبے اور گمان رکھتے ہیں یہ محفوظ اور پوشیدہ نہیں رہتے اس کا اثر خیالی لہر کی صورت میں لوگوں کے شعور کو جا ٹکراتے ہیں یعنی ہمارے دماغ سے لہر کی صورت میں خیالات نکل کر متعلقہ لوگوں کے ذہن و شعور کو ٹکراتے رہتے ہیں ان ہی خیالات و جذبات اور احساسات کے مطابق لوگ ایک دوسرے سے رویہ روا رکھتے ہیں جس انسان کے نیک خیالات اور خواہشات ہوتے ہیں حلقہ احباب اور عزیز و اقارب کے لیئے جو مثبت سوچ رکھتا ہے ہر آشنا و ناآشنا فرد اسے دل و دماغ میں بہتر دوست اور اچھا انسان تصور کرتا ہے اور جس کسی کا ذہن فسق و فجور کا ہو گا کسی کو دھوکہ دیئے بغیر اس کے دماغ کا فطور لہر کی صورت میں نکل کر دوسروں کو خبردار کر دیتا ہے غیر واقف افراد بھی اسے مکار اور دغاباز تصور کریں گے یہ روز مرہ کا مشاہدہ ہے جب کوئی دھوکہ باز کسی شخص کو اپنے جال میں پھانستا ہے تو یہ شخص اس چال اور خطرے کو محسوس کر لیتا ہے لیکن حرص اور لالچ سبز باغ کے آسرے میں آکر نامکمل توکل کر کے خود کو فریب کے زنجیر میں جکڑ لیتا ہے۔

دوست ہو یا دشمن جو پر خلوص یا مہلک جذبات سوچتے ہیں یہ جذبے بھی خیال کی لہر سے آزاد نہیں ہوتے جو ہوا کے دوش پہ آکر ہمارے شعور کو گمان اور خطرے کی صورت میں آگاہ کر دیتے ہیں اسی بنا پر ایک انسان دوستو اور عزیزوں میں بھی فرق کرتا ہے کوئی اچھا دوست تو کوئی برا دوست کوئی عزیز تو کوئی جان سے عزیز یہ تمام سوچ اور جذبے کا ایک دوسرے پر پوشیدہ خیالات رکھنے کے اثرات ہیں۔

خیال کی قوت ہر ذی روح میں پائی جاتی ہے ضعیف النظر لوگ قریب کھڑے شخص کو دیکھ نہیں پاتے بعض نظریں صحرا اور میدانوں میں کوسوں دور شخص پہچان لیتے ہیں خیال کی قوت کی مثال بھی ایسی ہی ہے اگر خیال دماغ سے کمزور لہری صورت میں نکلے گا تو جلد ہی ہوا میں منتشر ہو گا اور کم اثر کے ساتھ محلہ یا قریبی شخص تک اثر ہو گا۔ لیکن اگر خیال دماغ سے مضبوط ناقابل شکست اور اٹوٹ صورت میں نکلے گا تو یہ خیال کائنات کے گوشے گوشے میں پھیل جائے گا کوئی شے اس خیال کے سامنے بند نہ باندھ سکے گا اور خیال کا یہ سیلاب اپنی مرضی کے مطابق مطلوبہ مقام پر ٹھیک ٹھیک جا پہنچے گا۔ کیا آپ نے کبھی غور کیا ہے کہ جب کبھی کسی بڑے عالم، مفکر، دانشور یا عظیم شخصیت کو حکومت یا نظام کے لیے خطرہ سمجھا جاتا ہے تو حکومت یا نظام اسے قید و بند کی صعوبتیں دیتا ہے اس قید و بند نظر بندی اور پابندی کے باجود نظام وقت اور حکومت و آمریت بڑی طاقت و فوج کے ہوتے ہوئے بھی اس ہستی سے لرزتی ہے کہاں ایک نظام اور کہاں ایک شخص؟

یہ سب اس ہستی کے ارادے، نظریے، یعنی خیال کی قوت ہوتی ہے جسم کو تو قید و بند کیا گیا لیکن خیال اور ارادے کا کیا جائے؟

خیال ہی تو زندگی ہے اسے مختلف علوم میں مختلف نام دیے گئے انسان کی تخلیق کے ساتھ ہی خیال ہی کو ہتھیار آدم بنا کر اشرف المخلوقات کا درجہ عطا کیا خیال ہی کائنات کی قوت و طاقت کا سرچشمہ ہے خیال ہی کے ذریعے خیالی دنیا کو عملی دیکھا جا سکتا ہے خیال سے بڑھ کر دنیا میں کوئی طاقت نہیں اس کا کوئی نعم البدل نہیں یہی طاقت، یہی قوت، یہی مرکز، یہی عمل، یہی سرکار، یہی حاکم، یہی تقوی، یہی عبادات خاص ہی تو ہے۔ اسی لیے فرمان مصطفےٰ ہے "عملوں کا دارومدار نیتوں پر ہے" نیت بھی تو خیال ہی ہے عمل خیال کا محتاج ہے خیال ہی سزاوار ہے۔ انسان تب تک نہیں مرتا جب تک اسکا ذہن خیال زندہ

ہے یہ سچی کامل تحقیق ہے۔

قوت ارادی :۔

قوت ارادی سے مراد انسان اپنے اعصاب دل و دماغ اور توجہ کو کسی کام مقصد کے لیے اس طرح تیار کرے کہ اس کام و مقصد کی راہ میں جتنی مشکلات و مصائب حائل آئیں اسے آسان سمجھے اور اپنے مقصد کے لیے کمربستہ رہے اطمینان صبر و تحمل استقامت اور مسلسل ہمت سے کامیابی کا انتظار کرے۔ بہت سے انسان یکسوئی اور استغراق حاصل کر لیتے ہیں لیکن اپنے خیال اور اثر کو دوسروں پر منوانے میں ناکام رہتے ہیں اپنے خیال کو دوسروں پر پھینک نہیں پاتے اس پستی اور ناکامی کی وجہ کمزور اور متزلزل قوت ارادی ہے کمزور قوت ارادی والا انسان اپنے خیالات کو عملی شکل میں کبھی نہیں دیکھ سکتا اس صورتحال میں انسان یقیناً دوسروں کے خیال اور اثر کے شکنجے میں رہے گا۔

کامل یقین، مستقل مزاجی، استقلال و تدبر آپ کے اثر و خیال کو لازماً ناقابل شکست مقام پر لائے گا اور لوگ آپ کی مضبوط شخصیت کا اثر ضرور قبول کریں گے۔

مضبوط پر وقار شخصیت یہ نہیں کہ آدمی بڑے عہدے پر فائز ہو، زمیندار ہو، سردار ہو، خوبصورت ہو یا دولت مند ہو یہ تو محنت و قسمت کا علیحدہ ثمر ہے مضبوط قوت ارادی والا انسان وہ ہے جو ان چیزوں کے بغیر بھی اپنا اثر بہتر طور پر کرا سکے کسی بھی ہستی یا شخصیت کے ساتھ گفتگو کرے تو مخالف دل ہی دل میں پر اعتمادی و خود اعتمادی کی داد دے باتوں میں لرزش نہ ہو حرکات و سکنات میں بے ڈھنگی نہ ہو اعتماد، یقین اور توجہ سے اپنی بات کہے آنکھوں میں ضبط ہو خلوص ہو حیاء ہو وقت پڑے مجبوری ان آنکھوں میں جلال ہو

Scanned with CamScanner

ایسا رعب و اثر ہو کہ مخالف اپنے غلط رویے پر پشیمان ہو۔

دنیا میں کسی بھی چیز کا حصول دو طریقوں سے ہوتا ہے۔

عرض یا مطالبہ

عرض گداگری ہے اس میں پشیمانی محرومی اور پریشانی ہے اس میں جو کچھ ملے وہ ہیچ ہے حاجت پوری نہ ہونا بہتر ہے اس سے نہ کہ ایک نااہل سے درخواست کی جائے۔

مطالبہ زور بازو ہے اور زور بازو قوت ارادی ہے اس میں ایک عام چیز بھی ملے وہ ہیچ ہے اسی میں قوت وبقاء ہے یہی دو رستے ہیں کہ انسان عرض کرے یا مطالبہ کرے کمزور رستے یا طاقتور رستے۔

لیکن اس طاقت و قوت ارادی کا مقصد ہرگز ہرگز یہ نہیں کہ انسان مغرور، ضدی، بد اخلاق اور اپنی ہی بات منوانے پر چڑچڑا بن جائے ایسی خامیاں تو مزید انسان کا درجہ گرا دیتی ہیں روحانی اقدار میں آگے جانے کے لئے پاکیزہ اور واضح عزائم سے سروکار رکھنا ہی کامیابی ہے ورنہ ذوق روحانیت کوئی بات نہیں انہی اوصاف پاکیزہ سے انسان کی اندرونی قوت بیدار ہو جاتی ہے جسے صرف تیسری آنکھ ہی دیکھ سکتی ہے ان اوصاف سے مقناطیسی شخصیت نکھر جاتی ہے اس سے لوگوں کے دلوں کو تسخیر کیا جاتا ہے دوسروں کے خیالات کو تابع کیے جا سکتے ہیں یہ صحیح طور پر تب ممکن ہے جب آپ تیز فہم رکھتے ہوں مواقع کی مناسبت سے اس طرح دوسروں پر اثر اور دباؤ ڈالا جائے کہ ان کے فرشتوں کو بھی خبر نہ ہو کہ آپ انہیں نشانہ بنائے ہوئے ہیں آپ کا رویہ اور صبر و تحمل ہی وہ نشانہ لگا جہاں بندوق کی گولی مات کھا جاتی ہے۔

جو شخص باتونی ہو اس کی گہری اور منطقی بات بھی وزن کھو دیتی ہے

جو لوگ صابر ہوتے ہیں لوگ ان کی طرف بے صبر ہوتے ہیں جو انسان اپنے دل کو قابو کرے دنیا اس کے قابو میں آتی ہے جو دنیاوی نمود و نمائش کا شوق نہ کرے تو دنیا کی چیزیں اس کی طرف کھنچتی ہیں فحش انسان کی جسمانی کشش ختم ہو جاتی ہے جو شخص اپنے جسم کے اعضاء کو بے جا استعمال کرتا ہے اس کی مقناطیسیت جاتی رہتی ہے۔

مقناطیسی شخصیت کو بیدار کرنے کا اصل ذریعہ اور بنیاد مضبوط قوت ارادی ہے قوت ارادی مضبوط نہیں تو انسان غلام ہے اگر طبیعت کا ضدی تند مزاج گستاخ بے ادب اور بات پر ہٹ دھرمی سے کام لینے والا ہے اور یہ دعویٰ کرتا ہے کہ میری قوت ارادی مستحکم ہے تو ہم اس دعوی اور ارادہ کو رد کرتے ہیں کیونکہ ارادے کی مضبوطی اس کے برعکس ہے ایسی فراست و ادراک ہونی چاہیے کہ زحمت کٹھن مراحل میں کام لیا جائے معاملات کو عبور کیا جائے اسے قوت ارادی کہتے ہیں خوبصورت ذہنی تقریروں اور لچھے دار باتوں سے اس قدر اثر و دباؤ نہیں ہوتا جس قدر مضبوط پختہ قوت ارادی سے ممکن ہے قوت ارادی ہی وہ جذبہ ہے جو دل و دماغ کے خیال کو روحانی لہروں کی صورت میں کائنات میں پھیلا دیتے ہیں جب استغراق میں کامیابی حاصل کر کے انسان دم بخود رہ جاتا ہے قوت خیال کے کمالات اجاگر کرنے میں قوت ارادی کا کردار لازم ہے۔ قوت خیال اور قوت ارادی عمل پیدا کرتا ہے۔ کمزور قوت ارادی کے خیالات بھی کمزور ہوتے ہیں جو جلد ہواؤں میں کھو جاتے ہیں زبردست قوت ارادی کے عامل کا خیال برقی رو کی طرح لمحوں میں مطلوبہ مقام پر پہنچ جاتا ہے۔

قوت ارادی کا ہونا ہر انسان میں پایا جاتا ہے اسے کسی خوراک کی ضرورت نہیں ہوتی بعض لوگ دنیاوی معاملات دوستی تعلقات روابط وغیرہ کو سنجیدگی کے ساتھ جان لیتے

ہیں تو از خود مستقل مزاج ہو جاتے ہیں اس عمل سے ان کی قوت ارادی بڑھ جاتی ہے اور عام انسانوں سے جو کسی بھی تعلق اور چیزوں کا سنجیدگی سے مطالعہ و مشاہدہ نہیں کرتے کی نسبت ان کا ارادہ بہت مضبوط اور مستقل ہو جاتا ہے۔

اس علم روحانی سائنس میں جس درجے کی قوت ارادی کی ضرورت ہے وہ ہر کسی میں نہیں ہوتی بلکہ اسے مشق و عمل کے ذریعے حاصل کرتا ہے جس طرح کسی فن کو حاصل کرنے کے لئے ریاض و مشق کی ضرورت ہوتی ہے بالکل قوت ارادی بڑھانے کے لئے مشقیں و طریقے مقرر ہیں قوت ارادی کو بڑھانا ضروری ہے ایسے حضرات شاذ و نادر ملا کرتے ہیں جو قوت ارادی بڑھاتے ہیں یا بڑھانے کا طریقہ تعلیم کرتے ہیں۔

سب سے پہلے اپنی قوت ارادی بڑھائیں ایسا ارادہ بنائیں جس میں جھکاؤ نہ ہو لرزش نہ ہو کشش و پیچ اور تذبذب نہ ہو ارادے کے قوی افراد عجیب و غریب صفت و خوبی کے مالک بن جاتے ہیں اگر آپ نے قوت ارادی بڑھانے کا مصمم و پختہ ارادہ کر لیا تو دوسری تمام قوتیں قوت ارادی کے تابع آجائیں گی قوت ارادی مضبوط کرنے اور بڑھانے کے مختلف طریقے ہیں یہاں وہ طریقہ پیش کیا جائے گا جو بہترین اور نتیجہ خیز ہے جس پر عمل کرنے سے ہر شائق اپنی ذات کو قوت ارادی کا پہاڑی سلسلہ تصور کرے گا ذوق اور لگن کے ساتھ ایک بے لچک قوت ارادی کی حصول کے لئے ارادہ باندھ لیں اور اپنی ذات کا لوہا دنیا پر منوالیں قوت ارادی کی مشق پیش کرنے سے قبل شائقین و قارئین کے لئے ایک ایسے عمل سے پردہ اٹھانا چاہتا ہوں جو قوت ارادی کے لئے مضبوط بنیاد فراہم کرنے کے علاوہ قوت ارادی کو جلا بخشے گی اور لفظ ناممکن یا مشکل دل و دماغ سے مٹ جاتا ہے اگر آپ خدانخواستہ کسی بھی نشے کے عادی ہیں سگریٹ نوشی کی عادت ہے یا جھوٹ بولتے ہیں ۔ مکاری کرتے ہیں مردم آزار ہیں کام چور ہیں غیبت کرتے ہیں ایسی ہی کسی اور بری بات

میں گرفتار ہیں تو ان کے چھوڑنے پر آپ کی قوت ارادی کی دیوی ایک دم حاضر ہو گی۔ ان تمام عادات کو ایک دم برباد کرنا مشکل ضرور ہے لیکن ناممکن نہیں اس مشکل کو آسان کرنے کے لیئے فراست و عقلمندی یہی ہے کہ ایک خاص برائی کو نظر میں رکھیں جس سے دوسروں کے علاوہ آپ کو بھی نفرت ہو چھٹکارے کی حسرت بھی ہو۔ اس خامی اور عادت کو اپنے ضمیر کی عدالت میں اتنی ملامتی اور قصورواری کے ساتھ پیش کریں کہ طبیعت میں اس برائی کے لیئے نفرت جنم لے۔ اب ارادہ باندھ لیں اٹل اور قطعی آخری فیصلہ کریں کہ اے فلاں برائی میں نے تجھے چھوڑ دیا ہے آئندہ راز و نیاز نہیں ہوگا تجھ سے ملنا ملاقات ناممکن ہے۔

اب اس عہد قول اور فیصلے پر قائم رہنا ہی کامیابی ہے اس برائی کو ترک کر دیا تو کامیابیوں کا سلسلہ شروع ہو گا۔ ضروری نہیں کہ پہلا نشانہ ایسی خام عادت اور برائی کو بنائیں جو چند دن کے لیئے چھوڑ سکیں ارادہ متزلزل اور پشیماں ہو جائے دوبارہ تاریک زندگی میں داخلہ ہو جائے پہلے پہل چھوٹی خامی اور عادت کو ارادے کی قدموں سے روند ڈالیں پھر بہ تدریج دوسری برائیوں کا قلع قمع کرتے جائیں اس طرح آئندہ کسی بھی کام کا ارادہ کرنے سے مطلوبہ کام آپ کے ارادے کے ہاتھوں مجبور ہو کر انجام پائے اور صرف ارادے کی نظر سے انجام ہو گا۔

اگر کسی شخص میں کوئی برائی یا خامی نہیں تو مزید کسی اچھی عادت کو اپنانے کا ارادہ باندھ لیں جس سے آپ کی قوت ارادی قوی تر ہو جائے گی مثلاً آئندہ کوئی نماز قضا نہیں کروں گا قرآن پاک کی روزانہ سوائے کسی مجبوری و ضرورت کے تلاوت کروں گا آئندہ صبح سویرے جاگا کروں گا۔ مطالعہ جاری رکھوں گا روزانہ کوئی نیک کام کروں گا یا کام وقت پر کیا کروں گا وغیرہ وغیرہ، یقین جانیئے کہ اس طریقے سے کسی برائی کو مستقل طور پر ترک

کر دیتا اچھائی اور نیکی کو اپنانا زندگی میں بے شمار خفیہ و ظاہری کامیابیاں لاتا ہے۔ میرے وہ دوست احباب اس امر کے گواہ ہیں جو خفیہ و ظاہری کامیابیوں کو صرف قوت ارادی کے مشق سے ہی محسوس کر چکے ہیں ۔

اگر کوئی مضبوط انسان بدی سے بڑی نیکی کو اپنانے میں اور برائی کو یک دم چھوڑنے میں کامیاب ہوا تو یقیناً آگے چل کر قوت ارادی کا شہنشاہ ثابت ہوگا۔

اگر آپ کسی کام کے سامنے عاجز ہیں تو آپ سے مشرف وہ کام ہے جس پر آپ کو قدرت نہیں آپ کی نظر میں دنیا کا ہر کام ہو سکنے کے قابل اور آپ کے ارادے کے ہاتھوں ہو جانے پر مجبور ہونا چاہیے۔

مشق قوت ارادی :۔

رات کو سونے سے قبل جملہ امور سے فارغ ہو کر جس وقت صرف سونا ہو اور کوئی کام کاج نہ ہو تو بستر میں لیٹے لیٹے درج ذیل فقرے دہراتے رہیں اول ان فقروں کو ازبر کر لیں اور دن میں بھی کئی مرتبہ دہراتے رہیں فقرے بلند آواز سے ادا کرنا لازمی نہیں اس اپنے آپ سے دہراتے رہیں۔

پہلے پہل تین چار لمبی سانسیں کھینچ کر طبیعت کو سکون و آرام دلائیں آہستہ آہستہ سانس اندر کو کھینچیں اور ساتھ ساتھ فقرہ کہتے جائیں ایک سانس میں ایک فقرہ اس طرح پانچ فقرے پانچ سانسوں میں ادا کریں کوئی دیر نہیں جلدی نہیں آرام اور تسلی کے ساتھ ان جملوں کو دہراتے رہیں ۱۵ منٹ تک اس مشق کو جاری رکھیں اور سوتے وقت آخری خیال بھی یہی رہے حتی کہ نیند کے عالم میں بھی دل و دماغ پر یہ فقرے سوار رہیں۔

جملے :۔

میں ارادے کا پکا ہوں۔

میں ناکام ہونا جانتا ہی نہیں۔

میں ہر کام میں کامیاب ہوتا ہوں۔

میں لوگوں کے دلوں پر حکومت کر سکتا ہوں۔

میں ارادے کا پہاڑ ہوں۔

ان جادو اثر فقرات کے مشق کو کم از کم ۳ ہفتے مسلسل جاری رکھیں زیادہ عرصہ قائم رکھیں گے تو نور علی نور۔

۳ ہفتے بعد آپ محسوس کریں گے کہ آپ کی شخصیت کے اندر کیا انقلاب برپا ہوا کردار و افکار میں کیا تبدیلی آئی ہے قوت ارادی کے تحصیل سے ہی وہ امور انجام پاتے ہیں جہاں تلوار کی دھار کا گزرنا ممکن ہوتا ہے۔

ایک مزدور کے لیئے پہاڑ جتنا کام بھی معمول ہوتا ہے کسان کے لیئے تمام دنیا کھیت بن جائے بھی تو ہل چلائے گا دوڑ میں حصہ لینے والے سانس کو پختہ کر لیتے ہیں تو دور کا فاصلہ بھی ان کے لیئے سمٹ جاتا ہے بالکل اسی قانون کے تحت قوت ارادی کے آگے تمام مشکل اور بڑے امور عاجزہ تابع ہو جاتے ہیں۔

قوت ارادی ہی یقین پیدا کرتا ہے۔ اگر قوت ارادی کمزور پڑ جائے تو شک ہر کام میں اور فیصلے میں غالب آکر انسان کو بے بس اور کمزور کر دیتا ہے۔

قوت ارادی کی مشق سے انسان اپنے آپ کو ایک مضبوط اور طاقتور عامل محسوس کرتا ہے جو ہر عمل اور کام میں خود کو غالب سمجھتا ہے۔ اب مضبوط قوت ارادی کے ساتھ ایک مضبوط خیال کی ضرورت ہے تاکہ دنیا کو اپنے اس خیال اور یکسوئی سے کھینچا جائے۔

خیال کو پختہ اور یکسو کرنے کے لیئے جو مشقیں دی جا رہی ہیں۔ ان مشقوں سے یکسوئی اور استغراق حاصل ہو جاتا ہے۔ جس قدر یکسوئی ذوق اور توجہ سے یہ ریاضتیں کی جائیں گی اسی درجہ کا پختہ خیال پیدا ہو گا۔

مشق نمبر ۱

تصور کی پختگی :۔

خیال و تصور کی پختگی سے انسانی دماغ یکسو ہو جاتا ہے اور ایک نقطے پر جم جاتا ہے جب اس تصور کو کسی بھی معاملے پر چھوڑ دیا جاتا ہے تو اپنے کارگر اثرات سے کام کر جاتا ہے اس علم یکسوئی کی پہلی ریاضت اور مشق خیالات کے سیلاب کو روکنا ہے اور خیالات کے سیلاب کے آگے بند باندھنا ہے اس مشق سے انسانی خیالات اور تصورات سمٹ کر ایک ہی مقام پر مرکوز ہو جاتے ہیں اس سمٹنے کے عمل سے ایک مضبوط قوت سر اٹھا لیتا ہے جو لہر کی صورت اختیار کر لیتا ہے اس لہر کے خلاف چلنا مد مقابل یا مخالف کے بس کی بات نہیں

۔

مشق : اپنے لیئے کھلا کمرہ ویرانے میں میدان میں پہاڑ جنگل یا کہیں بھی ایسی جگہ تلاش کریں جہاں پر خاموشی ہو سکون ہو اور کسی بھی قسم کی روک ٹوک نہ ہو مشق کے دوران کوئی خلل نہ ہو مقصد یہ کہ ایسا مقام یا جگہ منتخب کریں کہ اس مشق کو کرتے وقت ۲۰ سے ۳۰ منٹ کے لیئے کوئی مخل نہ ہو۔

تازہ وضو کر کے مشق کے مقام پر آرام دہ حالت میں بیٹھ جائیں ان مشقوں میں وضو لازم نہیں لیکن سائنسی تحقیق ہے کہ وضو سے یکسوئی پیدا ہو جاتی ہے۔ سبحان اللہ اسلام کے اصولوں اور کاموں میں کیا خزانے پوشیدہ ہیں جس سے ہم بے خبر ہیں یعنی مسلمان پانچ وقت یکسو ہونے کے لیئے وضو کرتا ہے اور نہ جانے یکسوئی کے علاوہ کتنے ان گنت روحانی فوائد و تجلیات ہوں گے۔

آرام دہ حالت میں بیٹھ کر کھلا لباس پہننا چاہیے تاکہ چبھن نہ ہو پوری تسلی اور انہماک کے ساتھ مشق شروع کریں تین چار لمبے گہرا آہنگی کے ساتھ سانس لے کر دماغی حالت و کیفیت کو تر و تازہ کریں

اب کھلی آنکھوں سے اپنے دیکھے ہوئے کسی منظر بازار، باغ، چوک، دکان، کسی کوٹھی کا منظر اپنی آنکھوں کے سامنے پیش کر کے اس میں اس طرح محویت اختیار کریں کہ آپ کو دنیا و مافیہا کی خبر نہ رہے۔ آپ کے دماغ، دل، شعور، لاشعور، نس نس میں یہی ایک منظر ہونا چاہیئے اس قدر غرق ہو جائیں جیسے بعض اوقات آپ لاشعوری طور پر کسی فکر و سوچ میں کھو جاتے ہیں عام فکر میں سوچ بدلتی رہتی ہے جبکہ یہاں آپ کا خیال صرف ایک ہی نظارے میں روزانہ غرق ڈوبا رہتا ہے ہر دن آدھ گھنٹے تک شمال کی طرف منہ کر کے اس منظر میں ڈوبے رہیں۔ وقت مقرر ہو ناغہ نہ ہو اس طرح تین ہفتے یہ مشق جاری رکھیں شروع میں آپ کو تصور قائم رکھنے میں کوفت ہوگی مشق سے بے زاری محسوس کریں گے لیکن ہفتہ بعد آپ کو مشق سے لگاؤ ہو جائے گا یاد رہے کہ پہلے دن جس منظر کا انتخاب کریں گے تینوں ہفتے اسی منظر کا مشق کریں گے۔

مشق نمبر ۲

بلور بینی :-

تصور کی پختگی کے مشق میں یہ تاثر پنہاں ہے کہ تصور کی پختگی کے ساتھ ساتھ آنکھوں میں گھورنے کی عادت وطاقت پڑ جاتی ہے۔ جو مرحلہ وار دوم مشق بلور بینی کے لیئے بھی تیاری ہے۔ بلور بینی میں گھورنے کی مشق کی جاتی ہے بلور بینی کے لیئے صوفیاء نے سبز رنگ کے بلور کو پسند کیا ہے جو بعض مزاروں اور زیارتوں میں نصب ہوتے ہیں ان کا تحصیل ذرا مشکل ہے
لیکن سبز رنگ کے زیرو بلب میں بھی وہی تاثیر وخاصیت ہے جو سبز رنگ کے بلور میں ہے سبز رنگ کا زیرو بلب دیوار پر لگادیں اور اس کے سامنے چار فٹ کے فاصلے پر بیٹھ کر ٹکٹکی باندھ کر کم از کم نصف گھنٹہ تک دیکھا کریں بلب آنکھوں کی سیدھ سے دو انچ بلند ہو بلب روشن نہ کریں صرف دیوار میں نصب کریں دھات والے حصے کو کسی طریقے سے دیوار پر لگادیں کہ شیشے کا حصہ آپ کی طرف رہے دیوار سفید ہو تو بہتر ہے۔

وقت مقرر کرلیں روزانہ بلاناغہ پابندی کے ساتھ آدھ گھنٹہ مشق کو جاری رکھیں کمرے میں داخل ہونے سے پہلے باوضو تمام تر دنیاوی امور کو ذہن سے بھگادیں، کوئی کام، الجھن خلل نہ ہو تمام تر توجہ بلب پر رہے ٹکٹکی باندھ کر سبز بلب کو دیکھنا شروع کریں آنکھوں میں جلن ہوتا ہے ہونے دیں آنکھوں سے پانی بہتا ہے ناک سے بہتا ہے بہنے دیں آپ کی آنکھیں لمحہ بھر کے لیئے بلب سے نہیں ہٹنی چاہیئں۔ آنکھ بالکل نہ جھپکائیں غیر ارادی طور پر جھپکیں تو حرج نہیں۔ نظریں بلب پر یوں گاڑھ دیں کہ آنکھیں جھپکنا بھول جائیں۔
اس مشق کو تین ہفتے جاری رکھیں دوران مشق تیسری آنکھ کے مقام پر ہلکا سا بوجھ

بھاری پن، غنودگی اور سنسناہٹ محسوس ہوگی یہ علامت ہے اس امر وخوشی کا کہ آپ کے غدود آہستہ آہستہ بیدار ہونے لگ گئے ہیں۔

مشق نمبر ۳

مشق طلوع آفتاب :-

بلور بینی سے آنکھوں کو یہ قدرت اور طاقت مل جاتی ہے کہ مزید روشن تر چیز کو نظریں جما کر دیکھا جاسکے۔ اور یہ آپ کی آنکھوں کے لیئے مضر بھی نہ ہوگا کیونکہ آنکھوں میں گزشتہ دو مشقوں کی وجہ سے اتنی قوت آگئی ہے کہ اب روشن اور تیز چیز کو دیکھنا بالکل نقصان نہ دے گا۔

جس وقت دن طلوع ہو رہا ہو تو اس وقت کسی اونچی جگہ چھت وغیرہ پر کھڑے ہو کر اس کی مدہم روشنی پر ٹکٹکی باندھ کر دیکھا کریں آنکھ نہ جھپکائیں مگر جب سورج کی روشنی تیز ہو جائے اور جوں ہی سورج کا طلوع ہونا ظاہر ہو جائے پہلی ہی کرن پر فوراً مشق بند کردیا کریں۔ یہ مشق زیادہ سے زیادہ ۱۵ منٹ تک آپ کرسکیں گے کیونکہ سورج طلوع ہونے میں اتنی ہی دیر لگتی ہے۔

ریاضت کے دوران مکمل توجہ اور دھیان سورج کی مدہم روشنی پر رہے خیال قطعاً بھٹکنے نہ پائے اس ریاضت سے آنکھوں کی قوت مزید تیز ہو جائے گی گزشتہ مشق کی نسبت آنکھوں میں اور قوت کا اضافہ ہوگا آنکھیں صاف اور چمکدار ہونا شروع ہوں گی مشقوں سے قبل اور اب آپ کی آنکھوں کی کشش قوت صفائی اور چمک میں نمایاں فرق ہوگا۔ یہ مشق بھی

بلاناغہ تین ہفتے تک جاری رکھیں۔ سورج طلوع ہوتے وقت خاص قسم کی شعاعیں پھوٹتی ہیں جو کہ یکسوئی اور آنکھوں میں مقناطیسیت کے لیئے خاص اہمیت و درجہ رکھتی ہیں۔

مشق نمبر ۴

شمس بینی :۔

مشق نمبر ۳ کرنے کے بعد نظر کو ایسی طاقت مل جاتی ہے کہ انسان مدہم روشنی کی جائے اب تیز اور زیادہ روشن چیز کو بھی متواتر دیکھ سکتا ہے اسی لیئے اب جو مشق پیش کیا جارہا ہے یہ سورج کو دیکھنے کا مشق ہے۔

مغرب کے وقت جب سورج غروب ہونے میں دس منٹ باقی ہوں اونچے مقام پر کھڑے ہو کر یا جہاں سے سورج صاف اور واضح نظر آرہا ہو سورج کی طرف ٹکٹکی باندھ کر سورج کو دیکھنا شروع کریں حتی کہ سورج غروب ہو جائے یہ مشق دو مہینے یعنی ۶۰ دن جاری رکھیں اس مشق میں بھی وہی باتیں اور احتیاط رکھیں جو گزشتہ مشقوں میں ملحوظ خاطر رکھے گئے بے غم اور بلا جھجک روزانہ مغرب کے وقت دوماہ کے لیئے پروگرام بنالیں ناغہ بالکل نہ ہو اس مشق کے بعد آپ حیرت انگیز تبدیلیاں اپنے اندر محسوس کریں گے آئندہ کے حالات اشارۃً محسوس کریں گے۔ کاموں کا نتیجہ ذہن میں خیالی طور پر ابھرے گا۔ انسان کی پہچان ہوگی کہ کس نوعیت و فطرت کا مالک ہے۔ ایسی چیزیں محسوس کریں گے کہ الفاظ میں آپ بیان نہ کر سکیں گے بلکہ صرف محسوس کریں گے عجیب و غریب خاکوں کی صورت میں ذہن پر چیزیں اور حالات ابھریں گے آپ پہلے سے زیادہ باشعور و بااثر شخص

بن گئے ہیں مشکل و دقیق مسائل کے حل نکالنے میں آپ کا ذہن بہت تیز مثل کمپیوٹر ہوگا ۔آپ دوسروں کی عقل کو بہت پست سمجھیں گے جو حقیقت میں بھی درست ہوگا آپ گتھیاں سلجھائیں گے لیکن جب آپ کا ذہن و عقل عروج حاصل کرے تو دوسروں کی کم عقلی اور بات پر تحمل کیا کریں چڑچڑانہ بنیں اور نہ ہی غصیلی طبیعت کو اپنے پاس آنے دیں کیوں کہ لوگ جو غلط باتیں اور بے وقوفی کا کام کرتے ہیں یہ دراصل ان کی ذہنی سطح ہی ہوتی ہے ہم اور آپ بھی غلطیاں کرتے رہتے ہیں لیکن اپنی خامی گردن کا بال ہے جو نظر نہیں آتا لیکن ہم سے عقلمند لوگ درگزر کرلیتے ہیں اور ہماری بات اور حرکت پر تحمل کرتے ہیں بے وقوف کی بات پر تحمل کرنا عقل کی زکوۃ ہے۔ حضرت علی کرم اللہ وجہہ کا قول ہے لوگوں کی ذہنیت کے مطابق ان سے بات کرو یقین جانیئے ایسا کرنے سے انسان کبھی دوسروں سے بیزار اور پریشان نہیں ہوتا ان مشقوں کو کرنے کے بعد جب آپ پر مخفی امور منکشف ہوں تو دوسروں پر واضح نہ کریں لوگوں میں اپنے تجربات کو بکھیر سکتے ہیں لیکن خفیہ اشاروں اور معلومات کے ذکر کا خاتمہ نقصان پر ہی ہوگا۔

ہاتھوں کی مقناطیسیت :۔

دوسروں پر شخصیت و اثر کا سایہ ڈالنے کے لیئے گزشتہ بیان شدہ چار مشقیں اس قدر یقینی تاثیر سے بھری ہیں کہ آنکھوں میں کشش و قوت آپ خود محسوس کریں گے کامیابی کی دلیلیں بھی ہم پہلے بیان کرچکے ہیں کہ حالات و معمولات میں عجیب و غریب نکات کو نوٹ کریں گے ذہن روشن ہو جائے گا آنکھیں تیز اور صاف ہو جائیں گی حواس خمسہ مزید تیز ہوں گے چھٹی حس میں نمایاں ترقی ہوگی۔ خیال اور ذہن اس قدر تیز اور

شفاف ہو جائے گا کہ کم از کم بہترین سوچ اور زندگی کا سبب ضرور اور ضرور ہو گا۔

آنکھوں میں قوت پیدا ورو پیدا کرنے کے بعد ایک قوت اور بھی ہے جسکا حصول ضروری ہے اس قوت کا نام ہاتھوں کی مقناطیسیت ہے۔ اس مقناطیسیت سے معمول یا مطلوب کو گہری نیند میں ڈالا و مبتلا کیا جاسکتا ہے اس مقناطیسیت سے دردوں کو کھینچا جاسکتا ہے لوگوں کو تسخیر و حاضر کیا جاسکتا ہے ایک زمانے تک اس قوت کو بہت بڑی قوت تصور کیا جاتا رہا اگرچہ اس کی طاقت و حیرت میں کوئی شک نہیں لیکن خیال کی پختگی ہاتھوں کی مقناطیسی قوت سے بہت زیادہ وزوداثر اور زور آور ہے۔

خیال کی پختگی کا عامل جب اپنا خیال کسی شخص کی طرف روانہ کرتا ہے تو اس شخص کو بے چوں چرا اس عامل کا ہم خیال ہونا پڑتا ہے ہاتھ کی مقناطیسی قوت اور خیال کی قوت ایک ساتھ ہو جائیں تو مہپاٹزم میں کام کرنے کی سہولت و آسانی رہتی ہے۔

مشق ہاتھوں میں مقناطیسیت پیدا کرنا۔

اک پکی دیوار کے سامنے کھڑے ہو کر ہاتھ اس دیوار کی طرف آگے کی طرف پھیلائیں اور پھر واپس سینے پر لے آئیں جس طرح اسکول کے بچے ہاتھ کی مشق کیا کرتے ہیں مگر ہاتھ آگے پھیلاتے وقت دیوار کے ساتھ مس نہ ہوں بلکہ ایک دو انچ کا فاصلہ ہو اور سینے پر آکر مس کر دیں آگے بڑھا کر پھر سینے پر کھینچ لیں یہ مشق ایک گھنٹہ روزانہ کریں اور ۳ ہفتے جاری رکھیں دیوار شمال کی طرف ہونا چاہئے اس مشق کو شمس بینی والے مشق کے دوران بھی جاری کر سکتے ہیں کیونکہ اس مشق کا نظر سے تعلق نہیں کہ آنکھوں پر زور ہو غرضیکہ جس طرح مناسب اور آسانی ہو یہ مشق آپ اس عرصہ میں کر سکتے ہیں چار ہفتے کی

ریاضت کے بعد اس مشق میں کامیابی کا امتحان لیں دیوار پر دھاگے میں سوئی لٹکا دیں اب ہاتھوں کی ہتھیلیوں کو آپس میں رگڑیں اور پھر ہاتھوں کو جھٹکے بھی دیں اس سوئی سے انچ دو کے فاصلے پر دایاں ہاتھ لے جائیں سوئی فوراً آپ کی انگلیوں سے چپک جائے گی حیران نہ ہوں یہ محنت کا ثمر ہے عقل اور حوصلے سے کام لیں گے تو اس کے بہت جادو خیز نتائج ملیں گے۔ مریض کے کسی مقام جسم میں درد ہو تو ہاتھوں کو رگڑ کر اس مقام درد پر چند دقیقے ہاتھوں کو انچ کے فاصلے پر پاس کرتے جائیں یعنی گزارتے جائیں انشاء اللہ درد کھینچ آئے گا اس کے بعد ہاتھ کو جھٹک دیں تصور یہ کریں کہ میں نے درد کو پھینک دیا کسی بھی مرض پر اسی طرح کے تصورات کے ساتھ عمل کریں کہ مرض کو کھینچ رہا ہوں انشاء اللہ مرض ضرور رفع ہو گا دو تین دن اس طرح کرنے سے درد اور امراض کھینچ نکل آتے ہیں مشق و عادت پڑ جائے تو خطرناک امراض کا علاج بھی ممکن ہو جاتا ہے لیکن یکسوئی اور یقین شرط علاج ہے۔

مقناطیسیت حاصل کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ہاتھوں کی ہتھیلیوں کو آپس میں رگڑیں اس رگڑ سے ہاتھوں میں اور انگلیوں میں برقی رو سنسناہٹ کی حالت و کیفیت میں پیدا ہو جاتی ہے اس کے بعد ہاتھوں کو جھٹکے دینے سے مقناطیسی قوت دوبالا ہو جاتی ہے اس قوت کشش سے ماہرین نے ایسے امراض اور دردوں کو ختم کیا ہے اور کرتے ہیں جہاں ڈاکٹر عاجز ہوتے ہیں۔

کسی کو حاضر کرنا ہو تو تنہائی میں بیٹھ کر ہاتھوں کی مقناطیسی قوت حاصل کر کے یہ تصور قائم کریں کہ لوہے کا باریک اور ہلکا تار ہے جسکا ایک سرا مطلوب کی کلائی میں بندھا ہوا ہے اور دوسرا آپ کے ہاتھ میں ہے اب یہ تصور خشوع و خضوع کے ساتھ باندھ لیں کہ آپ مطلوب کو کھینچ رہے ہیں اور اپنے گھر کی طرف لا رہے ہیں دو تین دن اور چند بار عمل

کو قائم رکھیں تو مطلوب آپ کا دوست یار عزیز گر رہتے یقیناً حاضر ہو گا ہفتہ عشرہ میں ایک بار
کسی کو حاضر کیا تو آئندہ ہر کسی کو آپ اس طریقے سے بہت جلد عرصہ مسافت میں بھی
حاضر کر سکیں گے۔

اس مقناطیسی قوت کو ہر مقام اور حال میں مختلف طریقوں میں آزمانے سے آپ
کے علم و تجربے میں ضرور نئے نئے اضافے ہوں گے حاضری مطلوب کی مثال صرف
ذہنوں کو نئی راہوں طریقوں اور تجربوں کی جانب راغب کرنا ہے۔

یکسوئی اور مقناطیسیت کی مشقیں کرتے وقت دل ہی دل میں لا الہ الا اللہ کا یا
صرف اسم جل جلالہ "اللہ" کا ورد جاری رکھا جائے تو ان مشقوں میں کامیابی کے ساتھ
ساتھ نفع آخرت بھی ہو گا ریاضت کا وقت عبادت و ذکر میں شمار ہو گا اس طرح حاصل شدہ
کامیابیاں تجلیات و انوار رب کے باران سے لبریز ہوتی ہیں رحمت و عزت کے بادل دل و
دماغ پر برستے رہتے ہیں یکسوئی اور مقناطیسیت کے علاوہ روحانیت میں ترقی ہو گی ایک پنتھ
دو کاج والی بات سے بھی بڑی بات ہو جائے گی۔

عملی تجربات و آزمائش :۔

اب وہ مرحلہ ہے جہاں عملی میدان میں قدم رکھنا ہے یکسوئی کی مشقوں نے آپ
میں اتنی قدرت پیدا کر دی ہے کہ لوگوں کو جبری نیند میں گرفتار کر سکیں جوں ہی معمول
ہپناٹائز ہو جاتا ہے تو عامل ہر طرح کے خیالات اس پر منوا سکتا ہے یہ خیالات معمول کے
دل و دماغ پر اس طرح نقش ہو جاتے ہیں کہ ان پر عمل ضرور کرتا ہے کیونکہ جبری نیند
میں مبتلا شخص کی شعوری قوتیں بیدار ہو جاتی ہیں اور تمام اثرات و پیغامات جذب کرتی ہیں

اس میں کوئی جادو، جبر یا الجھن نہیں بلکہ ہپناٹائز شدہ کی دماغی و جسمانی ربط عامل کے زیر اثر
ہو جاتا ہے تمام تر کمال عامل کی خیال کی پختگی کا ہے۔

لوگوں کو ہپناٹائز کرنا :۔

لوگوں کو ہپناٹائز کرنے کے بہت طریقے مشہور و معقول ہیں جن میں ہر طریقہ
اپنی جگہ درست اور مجرب ہے لیکن ہم یہاں وہ طریقے بیان کریں گے جو ذاتی تجربات و
مشاہدات کے حوالے سے درست پائے گئے ہیں یاد رکھیں کہ ہپناٹزم میں کامیابی زینہ بہ
زینہ ہے ہمت اور مسلسل تجربات وہ مقام دلاتا ہے کہ آئندہ چلتے پھرتے دور اور غائب
اشخاص کو بھی ہپناٹائز کیا جا سکے گا لہٰذا کتاب کا بیان بھی اس انداز میں ہے کہ آسان سے
مشکل کی طرف تاکہ قارئین و شائقین دشواری اور الجھن کے بغیر از خود ہر پہلو اور امر کو
سمجھ سکیں اور عمل کرنے میں آسانی ہو۔

معمول کو ہپناٹائز کرنا :۔

عملی طور پر ہپناٹائز کرنے کا یہ آپ کی زندگی کا پہلا اور یادگار معمول اور تجربہ ہوگا
لہٰذا ایسے فرد کو منتخب کریں جس پر آپ اعتماد کے ساتھ خیالات پھینک سکیں بہتر ہے کہ
ایک لڑکے کو بستر پر آرام دہ حالت میں سلا کر اس کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال دیں اور اسے
ہدایت کر دیں کہ آنکھ بغیر جھپکائے آپ کی طرف آنکھوں میں ٹکٹکی باندھ کر دیکھتا رہے پانچ
منٹ میں ہپناٹائز ہو جائے گا ان پانچ منٹوں میں آپ کا تصور اور خیال یہ رہے کہ اب معمول

حالت تنویم غنودگی میں ڈوب جائے گا یعنی ہپناٹائز ہو جائے گا لمحہ بھر کے لیئے بھی اس پختہ خیال کو موقوف نہ ہونے دیں اعتماد یقین بھر دے اور ارادے کی مضبوطی کے ساتھ اس خیال کو قائم رکھیں اتنی اجتماع قوت اور خود اعتمادی سے آپ خیال کو جب معمول پر چھوڑیں گے تو اس کی شعوری قوتیں ہرگز ہرگز آپ کی یکسوئی کے اثرات کا مقابلہ نہیں کر سکیں گی۔

ہپناٹائز ہونے کے بعد معمول کو آنکھیں بند کرنے کی ہدایت کر دیں اب سیدھے ہاتھ کی برقی قوت سے معمول پر ۷ یا ۹ بار پاس کر دیں انشاء اللہ جبری نیند میں ڈوب جائے گا معمول پر اگر آپ نے عمل تنویم کا کامیاب عمل کیا تو آئندہ کے لیئے ہپناٹائز کرنے میں کوئی دقت نہ ہو گی چند بار ہپناٹائز کرنے کے بعد تو لمحہ دو میں ہپناٹائز ہو جاتا ہے۔

ابتدائی طور پر ہپناٹائز کرنے میں پریشانی ہوتی ہے مگر دل قوی کر کے اور پوری قوت ارادی سے ہپناٹائز کرا دیں ۱۵۔۲۰ معمول پر تجربات کریں متواتر اور ہمیشہ کریں جھجک دور ہو جائے گی کسی کام کو بار بار کرنے سے ہی کام کرنے کا ڈھنگ آتا ہے تجربے پر سب کچھ عادت ہو جائے گا اور جب آپ آگے بڑھیں گے تو انشاء اللہ قلبی طور پر مطمئن ہو جائیں گے اور بے حد دلی راحت ہو گی۔

ہمت کریں پندرہ بیس افراد کو ہپناٹائز کرنے کے بعد عبور ہو جائے گا اور انشاء اللہ کامیابی سے ہپناٹائز کر سکیں گے پہلے ہلکی نیند میں ڈالیں تجربہ اور مشق بڑھ جائے تو گہری نیند میں ڈال سکتے ہیں نیند کی تین قسمیں ہیں۔

(۱) ہلکی نیند (۲) گہری نیند (۳) متوسط نیند

ہلکی نیند میں ڈالنے کے لیئے معمول کے سر پر ہاتھ کی برقی قوت سے ۷ یا ۹ بار سیدھے پاس کریں سیدھے پاس کے لیئے سر کی طرف سے پاؤں کی جانب ہاتھ لے جائیں

پاس جتنے زیادہ کرتے جائیں گے گہری نیند کا اثر ہوتا جائے گا گہری اور ہلکی نیند کے درمیانہ حصہ کو متوسط یا میانہ نیند کہتے ہیں۔ لہذا ابھی معمول کو گہری نیند میں ڈالنے کی ضرورت نہیں قابو پڑ جانے کے بعد ڈال سکتے ہیں۔

بعض انسان بآسانی ہپناٹائز نہیں ہوتے لہذا ایسے انسانوں کے لیئے ضروری ہے کہ عامل اسکی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر ۶ یا ۷ منٹ بعد آنکھیں بند کرنے کا حکم دے اب سیدھا پاس کرتے وقت عامل معمول کو چند فقرے بھی کہتے جائیں فقرے یوں ادا کریں جیسے کسی کو حکم دیا جاتا ہے آواز تیز ہو نہ کم لہجہ میانہ تحکمانہ انداز میں ہو۔

۱۔ تمہیں نیند آ رہی ہے۔

۲۔ تم سو رہے ہو۔

۳۔ تم میٹھی نیند سو چکے ہو۔

۴۔ میں نے تمہیں گہری نیند سلا دیا ہے۔

۵۔ تم میرے قابو میں ہو۔

یہ جملے مسلسل یقین اور اعتماد کے ساتھ بار بار اس طرح دہرائیں کہ آپ کی آواز معمول کے دماغ پر تیز نہ لگے آواز ایسی ہو کہ معمول کے دماغ پر تھکن اور نیند کی طرح لگتا رہے۔ یہ جملے چند بار دہرانے سے معمول یقیناً آپ کے تاثرات کی مزاحمت نہ کر سکے گا یہ طریقہ ہر قسم کے انسان کو ہپناٹائز ہونے پر بے بس کر دیتا ہے عام انسان تو ایسے فقروں سے اپنی ذہنی و شعوری قوتیں ایک دم آپ کے حوالے کر دے گا۔

نیند کا امتحان :۔

جب آپ معمول کو ہپناٹائز کریں گے تو یہ لمحہ کافی پر تجسس ہوگا کہ معمول جبری نیند میں ہے ؟ اس امر کو معلوم کرنے کے لیئے کئی طریقے ہیں کہ معمول کس قدر زیر اثر آچکا ہے۔ تجربہ اور مشاہدہ وقت جانے پر اس امر پر آپ بلا امتحان لیئے حاوی ہو جائیں گے کہ معمول پر عمل تنویم اثر کر چکا ہے اور غنودگی کے کس درجے میں ہے ؟ ہپناٹائز شدہ " معمول " کو عامل یقین اعتماد اور تحکمانہ انداز و لہجے میں کہے کہ میرے ہاتھ میں سگریٹ ہے جب سگریٹ تمہارے ہاتھ یا جسم سے مس کروں گا تو تمہیں جلن ہوگی تین چار بار یہ فقرے یقین کے ساتھ ادا کریں اب اپنی انگلی معمول کے ہاتھ سے مس کر دیں معمول اگر ہپناٹائز ہوگا تو یقیناً چونک پڑے گا اگر معمول جبری نیند میں نہ ہوا تو بالکل حرکت نہ کرے گا جو کم غنودگی اور کم حالت تنویم کو ظاہر کرتا ہے۔

اگر معمول کے دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں پھنسا کر تحکمانہ انداز میں کہا جائے کہ تمہارے ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں پھنس گئی ہے اور مقناطیس کی طرح چمٹ گئی ہیں تم انہیں ہرگز جدا نہیں کر سکتے تو معمول انگلیاں پیوستہ تصور کرے گا اب اگر اسے آزاد کرنے کو کہا جائے تو معمول عاجز ہوگا۔

ہپناٹائز کرنے پر معمول سے کہا جائے کہ تمہاری ٹانگیں بہت بھاری ہیں یہ لوہے کی مانند بھاری ہیں تم اسے حرکت نہیں دے سکتے یہ بہت وزنی ہیں اور پھر کہا جائے کہ ٹانگیں ہلاؤ تو معمول کامیاب نہ ہوگا۔ میں نے اپنے ایک جاننے والے کو پاؤں کے بھاری پن کا احساس دلایا تو جاگنے کے بعد بھی ٹانگوں کو حرکت نہ دے سکا اور معمول بڑا پریشان ہوا دوبارہ جبری نیند میں ڈال کر اسے ہلکے ہونے کا خیال دلایا کہ تمہاری ٹانگیں گوشت پوست

اور ہڈیوں کی بنی ہیں جب دوبارہ جگایا تو ایک دم اٹھ کھڑا ہوا۔ جبری نیند کے امتحان میں اگر معمول سے کہا جائے کہ تمہارا سر بالکل ہلکا ہو چکا ہے یہ گیس غبارے کی طرح ہے اس میں کوئی وزن نہیں یہ گیس غبارے کی طرح اوپر کو اٹھے گا بالکل گیس غبارے کی طرح اوپر جارہا ہے تمہارا سر تکیہ سے اٹھ رہا ہے چند بار کہنے سے معمول کا سر زمین سے اوپر کی طرف بلند ہو جائے گا۔

عالم غنودگی میں معمول سے کہا جائے کہ میں تمہیں شمشیر دکھانے والا ہوں بہت بڑا اور بھاری شمشیر ہے تب معمول کی ایک آنکھ کو کھول کر اس کی سیدھ میں دیا سلائی دکھائیں تو معمول اس دیا سلائی کو شمشیر خیال کرے گا۔

غنودگی کے عالم میں معمول کو یہ حکم دیا جائے کہ تمہاری آنکھوں کے پپوٹے ایک دوسرے سے اس طرح مل گئے ہیں جیسے سی دیئے گئے ہوں بار بار یہ فقرے دہرا کر معمول کو آنکھیں کھولنے کا کہا جائے تو معمول آنکھیں کھولنے میں ناکام رہے گا۔

اسی طرح اپنی ذہانت اور موقع کے مناسبت سے معمول کو جس بھی قسم کا احساس دلایا جائے تو معمول اس تاثر کو حقیقی رنگ میں لے گا۔ جب معمول اثر لیتا ہے اور حکم کے خلاف نہیں چلتا تو یہ امر دلیل ہے اس بات کی کہ معمول کی تمام تر ذہنی و جسمانی ترتیب آپ کے قابو میں ہے

ان مشاہدات و تجربات سے اندازہ کریں کہ کس طرح ایک انسان دوسرے انسان کے ذہنی صلاحیتوں کو قابو کرتا ہے اسی عمل ہی کو ہپناٹزم کا نام دیا گیا ہے چند لوگوں پر کامیاب تجربے کرنے کے بعد آپ کے اثر کی قوت روز بروز بڑھتی ہے اور پھر ہر طرح کے انسان پر قابو پانا معمولی بات وعادت بن جاتی ہے دوسروں پر قابو پانے میں پریشانی و ناکامی اسے ہوگی جو ہمت، حوصلے اور تسلسل کے دامن کو ہاتھ سے جانے دے گا جوں جوں مشق

بڑھے گی آپ کی قدرت میں بتدریج اضافہ ہوتا رہے گا کسی کو ایک بار ہپناٹائز کرنے کے بعد اگر دوران جبری نیند معمول کو چند بار یہ حکم دیا جائے کہ آئندہ جب میں دس تک گنتی گنوں گا تو تم پر نیند کا غلبہ چھا جائے گا اور فوراً میرے زیر اثر ہو گے اور میرے حکم پر عمل کرو گے۔

اسی طرح کسی کو ہپناٹائز کرتے وقت اگر کہا جائے کہ جب میں دس تک گنتی کروں گا۔ تو تم سو جاؤ گے اور ساتھ ساتھ گنتی کرتے جائیں اور درج شدہ فقرے کہتے جائیں۔

۱۔ تمہیں نیند آ رہی ہے۔
۲۔ تمہیں بہت گہری نیند آ رہی ہے۔
۳۔ تم سونا چاہتے ہو۔
۴۔ تمہارا سارا بدن سو چکا ہے۔
۵۔ تم میرے قابو میں ہو۔
۶۔ تمہیں نیند آ چکی ہے۔
۷۔ تم سو رہے ہو۔
۸۔ تم سو گئے سو گئے۔
۹۔ تم یقیناً سو گئے ہو سو گئے ہو
۱۰۔ تم مست نیند سو گئے ہو۔

یہ طلسمی جملے جب معمول کو اعتماد سے کہے جائیں گے تو معمول مست نیند میں ضرور چلا جائے گا یہ فقرے گنتی کے بغیر ہپناٹائز کرتے وقت لوگوں کو کہے جا سکتے ہیں۔ آپ کی قوت ارادی، یقین، خود اعتمادی اور فقروں میں ایسا تسلسل ضبط، لہجہ اور حکم ہونا چاہیے

کہ معمول کی شعوری قوتیں ہتھیار ڈالنے پر مجبور ہو جائیں۔

کام یا حکم :۔

کسی کو جبری نیند میں لانے کے بعد اب وہ مرحلہ آتا ہے کہ غنودگی کے عالم میں ڈوبے ہوئے شخص سے کیا کام لیا جائے اور کس امر یا مقصد کے لیے ذریعہ بنایا جائے اگر مریض ہے مرض کی نوعیت کچھ بھی ہو تو اسے دور کیسے کیا جائے؟

مصنوعی نیند میں لانے کے بعد اس مریض اور شخص سے جو بات کہی جائے گی اس میں بھی ربط ضبط اور زبردست تسلسل ہونی چاہیے لہجہ کمزور بے ربط بے ڈھنگ آواز اور انداز تحکمانہ نہ ہو تو اس شخص کی شعوری قوتیں آپ کی مخالفت ضرور کریں گی آپ کا طرز آواز اور ارادہ ویسے ہی ہونا چاہیے جیسے مصنوعی نیند میں لانے کے وقت تھا اس طریقے سے معمول کے شعور پر اس قدر گہرا اثر ہو گا کہ مصنوعی نیند کے دوران اس شخص کو جو پیغام دیا جائے گا بیدار ہونے پر اس کا دل، دماغ اور جسم اس پیغام اور حکم کی تکمیل کے لیے بے چین ہو گا تب تک چین نہ ہو گا جب تک متعلقہ کام کو انجام نہ دے گا اس کے شعور وا لا شعور میں یہ بات اور سمجھ نہ ہو گی کہ وہ کیوں کر اس کام کو انجام دینے پر تلا ہوا ہے۔ ابتدائی طور پر معمول جاگنے پر حکم اور پیغام بھول جاتا ہے پریشان حال اور حیرت میں ڈوبا رہتا ہے جیسے کوئی بے ہوشی کے بعد ہوش میں آتا ہے حکم کو بار بار ذہن نشین کرائیں تو آپ کی روانی گفتگو کا اثر ہو گا اور معمول حکم کو ردیا بھولنے کی کوتاہی ہرگز نہیں کرے گا

معمول کو بیدار کرنا :۔

جب آپ معمول کو مصنوعی نیند میں حکم یا پیغام منتقل کرتے ہیں تو اب مرحلہ آتا

ہے کہ معمول پر طاری نیند کو ختم کیا جائے بیداری اور عام حالت میں لایا جائے اس کے لیئے حکم اور پیغام سنانے کے بعد معمول کو زبردست لہجے اور قوت ارادی و خود اعتمادی کے ساتھ کہنا شروع کریں کہ :۔

اب تم اپنے حواس میں آ رہے ہو۔
تم پر نیند کا غلبہ ختم ہو چکا ہے۔
تم جاگ رہے ہو
تم عام حالت میں لیٹے ہوئے ہو۔
اب تم آنکھیں کھولو گے۔
تمہاری آنکھیں کھل رہی ہیں۔
تمہاری آنکھیں کھل گئی ہیں۔
تم جاگ گئے ہو۔

اٹھو!

اس کے ساتھ ہی مریض یا معمول جاگ اٹھے گا معمول کو مصنوعی نیند میں گرفتار کرتے اور بیدار کرتے وقت ضروری نہیں کہ یہی فقرے کہے جائیں بلحہ موقع مناسبت کے لحاظ سے بہتر اور سمجھ میں آنے والے فقرے کہے جا سکتے ہیں ان میں ترتیب اور وزن ہونا چاہیے جو معمول کو مصنوعی نیند پر مجبور کرے

نیند سے بیدار کرنے کا ایک آسان سادہ طریقہ یہ بھی ہے کہ جس وقت معمول کو نیند میں لانے جانے کے لئے فقرے کہے جا رہے ہوں اس وقت عامل معمول کو یہ بھی حکم دے کہ جس وقت میں کہوں کہ تمہاری نیند ختم ہو چکی ہے اٹھو اب تم ضرور اٹھو گے یا پھر عامل کہے کہ جب میں ۵ تک گنتی گنوں گا تو تمہاری نیند مکمل طور پر ختم ہو جائے گی اور پھر

آخر میں معمول اسی گنتی سے عامل کی آواز پہچانے گا ان فقرات کے ساتھ ساتھ یا گنتی کے ساتھ معمول پر الٹے ہاتھ کی برقی قوت کے الٹے پاس بھی کرتے جائیں الٹے پاس کا مطلب بالکل سیدھے پاس کا الٹ ہے سیدھے ہاتھ سے پاس کرتے وقت معمول پر غنودگی چھا جاتی ہے جب کہ الٹے پاس سے غنودگی دور ہو جاتی ہے الٹے پاس پیروں سے سر کی جانب ہوتے ہیں آس پاس سے معمول آہستگی کے ساتھ بیداری کی طرف لوٹتا ہے اور پھر مکمل طور پر جاگ جاتا ہے۔

سوئے ہوئے کو ہپناٹائز کرنا :۔

جاگتے ہوئے شخص کی نسبت سوئے ہوئے کو ہپناٹائز کرنا آسان ہے سوئے ہوئے شخص کے سرہانے کھڑے ہو کر یا بیٹھ کر اپنے ہاتھ کی مقناطیسی قوت کو حال کر کے اس کے جسم پر اس طرح ہاتھ رکھیں کہ جاگ نہ اٹھے اب اپنی تمام تر توجہ اس پر قائم کریں اور یقین کرے کہ اس پر آپ کا اثر جاگتے ہوئے انسان کی نسبت زیادہ بآسانی ہو گا اب تحکمانہ اور شائستہ گفتگو کے ساتھ سوئے ہوئے سے مخاطب ہو کر کہیں کہ آپ گہری نیند میں ہیں آپ سو رہے ہیں آپ پر نیند کا غلبہ ہے آپ مزید ار نیند سو رہے ہیں تم میرے زیر اثر ہو تم یقیناً ہپناٹائز ہو چکے ہو ان جملوں کو چند بار دہرانے سے اثر ہو جاتا ہے اب اسے جو بات کہی جائے گی ماننے پر مجبور ہو گا اپنا حکم بھی چند بار دہرا دیں۔ پیغام ختم ہونے پر معمول سے کہا جائے کہ تم دو منٹ بعد اپنی اصلی نیند میں لوٹ جاؤ گے اور وقت مقررہ پر جاگ جاؤ گے یہ یقین بھی اسے ۳ یا ۴ بار دہرائیں تو خوابیدہ معمول وقت پر ہی بیدار ہو جائے گا اور اسے آپ کی باتیں یاد نہ رہیں گی احساس تک نہ ہو گا کہ سونے کے دوران آپ انہیں ہپناٹائز

کر چکے ہیں یا کوئی حکم دیا ہے ؟ اس کی شعوری قوتیں آپ کے حکم پر عمل کریں گی۔

آپ کو یہ پڑھ کر تعجب ہو گا کہ ضروری نہیں کہ آپ اپنے اثرات اور احکامات صرف سوئے ہوئے شخص پر یا معمول کو مصنوعی نیند میں لا کر ڈال سکتے ہیں۔ بلکہ جاگتے چلتے اور بیٹھے ہوئے انسانوں پر بھی خیالات کا وار کر سکتے ہیں راہ چلتے یا مطلوبہ لوگ ضرور متاثر ہو جاتے ہیں۔ اور اسے خوابیدہ معمول کی طرح حکم یا پیغام دے سکتے ہیں لیکن اس کے لئے شرط یہ ہے کہ پہلے آپ بہت سارے افراد کو سلا کر مسخر کر چکے ہوں تب جاگتے، چلتے ، پھرتے بغیر مصنوعی نیند کے ہدایات دے سکتے ہیں۔

"کمال کی یکسوئی" کا عامل دوسرے انسانوں کو تسخیر کر کے انہیں اشاروں اور پیغام کا نشانہ بنا سکتے ہیں اس طرح نہ صرف موجود افراد متاثر ہو سکتے ہیں بلکہ آپ میلوں دور لوگ بھی آپ کے خیالات کی زد سے محفوظ نہیں رہ سکتے۔

راہ چلتے انسان کو ہپناٹائز کرنا:

سامنے سے آتے ہوئے شخص کی آنکھوں میں آنکھیں ڈالیں اس کم وقت میں اتنا اعتماد اور یقین سے ہپناٹائز اور آنکھوں کا اثر ڈالیں کہ معمول آپ کی مقناطیسی قوت نظر اور ارادہ سے ضرور زیر ہو جائے نزدیک پہنچیں تو دائیں ہاتھ کی انگلیوں کا اس کے آنکھوں پر پاس کریں پاس کے ساتھ ہی پر اعتماد لہجہ میں معمول کو نیند کا احساس دلائیں۔

آپ نیند کی حالت میں ہیں۔

آپ سو رہے ہیں بالکل سو رہے ہیں ۔

آپ حقیقت میں سو رہے ہیں تم میرے زیر اثر ہو۔

میرے ساتھ چلو، تم میرے ساتھ چلو گے اس گفتگو سے معمول آپ کا ساتھ چلے گا جہاں چلو گے ساتھ ہو گا معمول آپ کی گرفت میں ہے چلنے کے دوران حکم دیں یا کسی جگہ پر بٹھا کر مقصد کی بات منتقل کر دیں۔

بچوں کو ہپناٹائز کرنا:۔

بڑوں کی نسبت با آسانی ہپناٹائز ہو جاتے ہیں اور حکم کا گہرا اثر لیتے ہیں بچوں کو سونے کے وقت ہپناٹائز کریں اب اسے جو نصیحت کی جائے گی حکم دیا جائے گا بچہ قبول کرے گا بعد میں بچے سے کہا جائے کہ تم اپنے مقررہ وقت پر ہی جاگ جاؤ گے۔

معمول سے کام لینا یا کام کی بات کرنا:۔

ہپناٹائز شدہ شخص پر عامل جس طرح چاہے جو چاہے پیغام معمول کی شعوری قوتوں پر ڈال سکتا ہے ہپناٹزم کے ذریعے اچھے ، برے نیک بد اور گناہ ثواب کے تمام امور میں مدد لی جا سکتی ہے عامل کو اختیار ہے منفی اور مثبت تمام کام ہو سکتے ہیں لیکن کسی کو فائدہ یا مدد دے کر جو ذہنی قلبی روحانی اور حقیقی خوشی میسر آتی ہے وہ کسی کو آزار پہنچانے پر کہاں ہوتی ہے آپ کی زندگی میں آپ نے ضرور محسوس کی ہو گی۔ روحانی قوت کو بے جا اور غلط استعمال کرنے سے روحانیت کو زوال ہو جاتی ہے ضبط کرنے کے عمل سے باطنی و عرفان کی دنیا نظر آتی ہے۔

بری عادات سے چھٹکارا :۔

تمام نشے، زناکاری، بداخلاقی، چوری، ڈاکہ زنی، بدزبانی، جھوٹ کی عادت وغیرہ ان تمام برائیوں کا علاج ہپناٹزم میں موجود ہے۔

مصنوعی نیند میں ڈالنے کے بعد پر اعتماد لہجہ میں معمول کو تاکید کریں کہ آئندہ تم سگریٹ نہیں پیو گے، جھوٹ نہیں بولو گے خوش خلقی سے بات کرو گے وغیرہ وغیرہ۔ غرضیکہ جو خامی ہو اس کی مناسبت سے بہتر وبار با فقرے دہرائے جائیں یوں ہفتے میں دوبار عمل تنویم میں تلقین وہدایت کریں تین چار بار کے عمل سے معمول بری عادت ترک کر دے گا۔ معمول کے دل میں بھی برائی کے لئے نفرت کی تلقین کریں۔ مثلاً آئندہ تم شراب کی بوتل دیکھو گے تو یہ زہر لگے گا۔ اس کی بو سے تمہیں نفرت و پریشانی ہوگی ایک قطرہ بھی حلق میں اتارنے سے تمہیں قے آئے گی سگریٹ کے عادی افراد کے لئے کہا جا سکتا ہے کہ تمہیں سگریٹ کے کش سے کھانسی ہوگی تم سگریٹ سے بیزار ہو وغیرہ، ہر نشے اور عادت بد کے لئے اس طرح گفتگو کریں کہ معمول کو نشے یا عادت بد سے سخت نفرت کوفت اور تکلیف ہو جائے۔

مرض کا علاج :

علم تنویم سے ہر طرح کے امراض کا علاج ہو سکتا ہے ماسوائے ایسے امراض جن میں جراثیم وارد ہوں ہر مرض کا علاج ہپناٹسٹ کے علم، عقلمندی اور طریقہ کار پر منحصر ہے جس قدر صحیح طریقہ کار اور الفاظ کا چناؤ ہوگا اتنا ہی علاج جلد ہوگا غور و فکر صحیح تدبیر سے کام لیں گے تو یقیناً رضاء رب سے عامل کی منشاء کے مطابق شفا ہوگی۔ اکثر

مریضوں پر ایک دوبار عمل کرنے سے صحت ہو جاتی ہے بعض بیماریوں کے لئے سات آٹھ بار عمل تنویم کرنا پڑتا ہے ہر تیسرے دن مصنوعی نیند میں علاج کرانا چاہئے اپنی ذہانت سے ایسی تدبیر کا انتخاب کریں کہ معمول پر اثرات کے گہرے نقش ترتیب پائیں اس امر کے لئے چند ایک مثالوں کو نظر میں رکھیں جو درج کی جاری ہیں انہی طرز و طریق کے مطابق علاج کے لئے بندوبست کریں۔

دردوں کا علاج :۔

اگر آپ کے ہاتھ کے برقی کشش والے مشق میں کامیاب ہیں تو درد کے مریض کو ہپناٹائز کرنے کی چنداں ضرورت بھی نہیں صرف چند دم پاس درد والے مقام پر کریں انشاء اللہ العزیز درد بھاگ جائے گا صرف پاس سے فائدہ نہ ہوا تو نیند میں ڈال کر پاس کے ساتھ ساتھ مناسب فقرے کہتے جائیں درد ضرور رفع ہوگا انشاء اللہ۔

فالج :۔

فالج سے متاثرہ عضو میں کچھ نہ کچھ جان ہے تو علاج ممکن ہے فالج تازہ ہو تو مزید آسانی رہتی ہے مریض کو ہلکی نیند میں ڈالیں اب متاثرہ حصوں پر دونوں ہاتھوں کی مقناطیسی قوت کے پاس کریں اس ہلکی نیند میں مریض کو کہیں کہ اب میں تمہارے فالج والی جگہ پر سگریٹ کا داغ دے رہا ہوں یا دینے والی ہوں جب انگلی فالج کے متاثرہ حصہ پر مس کر دیں اگر مریض کو تکلیف ہوئی یا ہل پڑا تو علاج میں یقینی کامیابی ہوگی لیکن اگر مریض

جوں کا توں پڑا رہا حرکت نہ کی تو پھر مریض کو سوئی کا احساس دلائیں کہ فالج کی جگہ پر سوئی چبھونے والا ہوں اور واقعی سوئی کا سرا ہلکا چبھو دیں اگر مریض نے حرکت کی تو پھر علاج ہو گا سوئی پر بھی حرکت نہ کی تو دم دعا کی طرف رجوع کریں۔

مریض کا تندرست ہاتھ ہوا میں بلند کریں اور ایک مقام پر ساکن کر دیں اور ہدایت دیں کہ جب تک میں یہ ہاتھ نیچے نہ لاؤں تب تک یہ ہاتھ ہوا میں ساکن رہے گا ان الفاظ کے بعد دیکھیں گے کہ ہاتھ واقعی ہوا میں بلند ہے اب حکم کے ساتھ دوبارہ ہاتھ نیچے رکھ دیں۔ اب متاثرہ مفلوج ہاتھ ہوا میں بلند کریں اور حکم دیں کہ یہ ہاتھ بھی ہوا میں اسی طرح کھڑا رہے گا جب تک کہ میں نیچے نہ رکھ دوں۔ آپ کو حیرت ہو گی ہاتھ واقعی ساکن ہو گا اگر ہاتھ ہوا میں ساکن نہ رہا تو پر وثوق اور یقین کے لہجہ میں پھر حکم دیں بار بار دیں یقیناً ہاتھ ہوا میں ساکن ہو جائے گا ہاتھ ہوا میں کھڑا ہونے پر مریض سے بات کریں کہ تمہارا ہاتھ درست ہو چکا ہے یہ قابل استعمال ہے جب تم بیدار ہو جاؤ گے تو دوسرے ہاتھ کی طرح اسے بھی استعمال کرو گے اور کر سکو گے ایسے حوصلہ مند فقرے بار بار دہرائیں چند بار ہپناٹائز کرنے سے فالج کا اثر ضرور دور ہو جائے گا اور مریض کے متاثرہ مفلوج حصے میں جان آ جائے گی۔

خوف وہم احساس کمتری کا علاج :۔

خوف وہم اور احساس کمتری انسان کی زندگی کو اجیرن کر دیتی ہے بعض صحت مند خوشحال لوگ اپنے آپ کو بیمار اور پریشان حال بناتے ہیں اس کی اصل وجہ ہر معاملے میں فکر مند ہونا خواہ مخواہ الجھنا یا اس قدر حساس ہونا کہ معمولی معمولی باتوں سے خوف اور

وحشت کا سایہ محسوس کرتے ہیں حالانکہ کائنات میں انسانی اثر سے زیادہ طاقتور کوئی اثر نہیں آپ جنگل میں ہوں سنسان شہر گاؤں یا گھٹا ٹوپ اندھیرے میں آپ کو ایک دم نظر آنے والا انسان ہو یا حیوان آپ کا اثر قوی ہوتا ہے جس طرح انہیں دیکھ کر آپ ایک دم اندر ہی اندر سے خوف زدہ اور مغلوب ہو جاتے ہیں بالکل یہی حال دل مخالف کو ہوتا ہے غالب وہ رہتا ہے جس نے خوف اور ڈر کا حوصلے اور تسلی سے مقابلہ کیا۔ یہی حال ہر انسان کے ساتھ رہتا ہے طرح طرح کے خوف اپنے سر اٹھائے رکھتا ہے ہر چیز، بات، انسان سے ڈرنا، لرزنا، کانپنا حالانکہ ہر کوئی اس فطرت کو جانتا اور مانتا ہے کہ انسان جب اپنی ماں کے پیٹ سے نکلتا ہے تو قبر اس کی منزل ہوتی ہے لیکن ہم دنیا داری میں نام نہاد اور خود ساختہ غموں اور پریشانیوں سے ڈر کر واپس ماں کی گود کو لوٹنا چاہتے ہیں جو کہ خلاف فطرت ہے اور ناممکن ہے خدا اور قدرت کے انتقام سے ڈرنے کی بجائے ہم ہمارے ہی جیسے لوگوں کے فرضی اور بلند ناموں اور معاشرے کے خوف سے ڈرنے والے غنڈوں اور بدمعاشوں سے ڈرتے ہیں۔ زندگی موت کی امانت ہے ہر صورت ہر حالت میں جس موڑ پر موت کی مرضی ہوئی زندگی لے جائے گی۔

تاریخ اٹھا کے دیکھا تو یہ کامل یقین گیا
جسے مرنا نہیں آتا اسے جینا نہیں آتا

بعض لوگ معمولی تکلیف جسمانی سے ایک بڑے خوف کو ذہن پر سوار کر لیتے ہیں کہ کینسر نہ ہو، شوگر نہ ہو، بلڈ پریشر نہ ہو، عارضہ قلب نہ ہو؟ جیسے بعض تندرست اور صحت مند مرد اپنے آپکو نامرد اور ناقابل وظیفہ زوجیت سمجھتے ہیں ایسے بہت قابل رحم لوگ

موجود ہیں جو وہم یا وسواس کے شکار ہوتے ہیں نفسا نفسی اور پر آشوب معاشرے میں اپنی اس ناکردہ خطا اور بے وجود چیز کو خون کے آنسو رو کر تمام عمر کو راز اور گناہ کی طرح چھپا کر گزارتے ہیں۔

ایسے معصوم ذہن لوگوں کو روز مرہ زندگی میں حوصلہ اور تسلی دینی چاہیے جس امر میں انہیں خوف یا تشویش ہو اس بارے میں ان کی اس انداز میں تعریف کرنی چاہیے کہ انہیں گمان تک نہ ہو کہ آپ ڈھارس بندھوا رہے ہیں صرف ان باتوں اور حوصلہ افزائی سے ایسے لوگ تندرست اور صحت مند ہو جاتے ہیں۔

بعض احباب کسی محفل یا اسٹیج، دفتر لین دین کی جگہوں پر جانے سے کتراتے ہیں جھجک اور شرم محسوس کرتے ہیں یہ بھی اعتماد اور ارادے کی کمی ہے جو خوف اور احساس کمتری میں تبدیل ہو جاتی ہے ایسے تمام کا علاج ایک دو بار ہپناٹائز کرنے سے ہو جاتا ہے اگر عامل کا حکم و خیال مضبوط ہے تو بار اول ہی سے وہم و خوف کے مریض میں بے پناہ بہت اعتماد کی روشن کھڑکیاں کھل جاتی ہیں۔

ان طریقوں کو سمجھتے ہوئے آگے آپ کی ذہانت ہے کہ کس طرح دوسرے معاملات و امراض میں ہپناٹزم کے ذریعے لوگوں میں خوشیاں بانٹتے ہیں آپ کا ادراک و فراست میں چند تجربوں کے بعد وہ تیزی آجائے گی کہ خود بخود جان جائیں گے کہ کیا کرنا چاہیے کس طرح کرنا چاہیے۔ اس لیے مزید مثالوں اور ہپناٹائز کرنے کے طریقے بیان کرنے سے گریز کر رہا ہوں ڈر ہے کہ مقصد سے تجاوز نہ ہو۔

تعویذ برائے سوال و جواب :۔

جو تعویذ درج کیا جا رہا ہے عمل تنویم میں نہایت اسرار و رموز سے بھرا ہے نقش (تعویذ) لکھ کر معمول کے سینے پر رکھ دیں اب معمول سے سوال کریں جواب دے گا قوی امید ہے کہ عاملین اس نقش سے مصنوعی نیند میں سوئے ہوئے معمول سے بہت کچھ یا احسن طریقہ پوچھ سکیں گے۔

نقش

وَاللّٰهُ مُخْرِجٌ مَّا كُنْتُمْ تَكْتُمُوْنَ ۝ فَقُلْنَا اضْرِبُوْهُ
بِبَعْضِهَا كَذٰلِكَ يُحْيِ اللّٰهُ الْمَوْتٰى وَيُرِيْكُمْ اٰيٰتِهٖ
لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُوْنَ ۝

یکسوئی کے مختلف اثرات :۔

علم یکسوئی میں نہ صرف گزشتہ طریقوں کے طرز پر مدد لیا جا سکتا ہے بلکہ اسکے کام اور اثرات وہاں تک ہیں جہاں تک عامل ذہانت اور باریک بینی سے مختلف مقامات پر اسے مختلف طریقوں سے آزماتا رہے گا ان آزمائشوں کے نتیجے میں آخر کار آپ کے خیال اور ارادے کے مطابق کام ہونے شروع ہوں گے مخالف سمت سے کوئی واقف اور جاننے والا آ رہا ہو ایکدم یکسوئی سے یہ پیغام خیال کی صورت میں اس پر پھینکیں کہ سلام میں پہل تم

کرو گے یا مغلوب ہو گے وغیرہ وغیرہ وآپ اپنی منشاء کے مطابق اس شخص سے وہی عمل سرزد ہوتے دیکھیں گے۔

جب کسی دفتر مجمع یا مجلس میں جانا ہو تو مکمل اعتماد اور توجہ حاصل کر کے مجمع کی طرف یہ پیغام روانہ کریں کہ جب میں اندر آوں گا تو مجھے عزت و توجہ دی جائے گی یا جو مطلب ہو مضبوط خیالی قوت کا ان پر وار کریں نتیجہ آپ کے حق میں ہو گا۔ جیسے بھی مغرور اور خود غرض لوگ ہوں گے آپ کا اثر ہو گا۔

سامنے سے آتے ہوئے شخص یا کسی بیٹھے ہوئے آدمی سے چھپنا مقصود ہو تو یہ پیغام اس کی طرف یکسوئی سے روانہ کریں کہ تم مجھے نہیں دیکھ رہے میں تمہیں نظر نہیں آرہا تم اپنے فکر و شغل میں ہو تم مجھے بالکل نہیں دیکھ رہے اس طرح آپ اس شخص کو نظر نہیں آئیں گے۔

کسی سے کوئی غرض ہو کام پیش آئے مطلوبہ شخص کے ذہن پر یکسوئی سے وار کریں حسب منشاء کام ہو جائے گا۔ کسی کو بلانے یا حاضر کرنے کی خواہش ہو آنکھیں بند کر کے مطلوب کی طرف توجہ خاص قائم کریں گویا وہ سامنے دست بستہ کھڑا ہے اب یہ پیغام بار بار دیں کہ فلاں وقت یا دن تم مجھ سے ملنے کے لیے مشتاق ہو گے تم مجھ کو ملنے ضرور آؤ گے۔

ایک عاشق کو دیکھا گیا جو ایک خوبرو لڑکی پر فریفتہ تھا اس عاشق نے کوئی بھی یکسوئی کی مشق کی تھی نہ خبر ہر دن ویرانے میں جا کر یہ تصور باندھا کہ لڑکی میرے طرف آرہی ہے چھ مہینے میں لڑکی دیوانہ وار عاشق کی تلاش میں ویرانے کو پہنچی سچا واقعہ ہے دیکھیں ارادہ اور یکسوئی نے کیسا کام کیا حالانکہ یہ واقعہ ایسے علاقے کا ہے جہاں عورتیں گھروں سے نہیں نکلتی لیکن قوت ارادی اور یکسوئی کے وار کو کوئی روک نہیں سکتا۔

ایسے بھی حضرات ہیں جو بازار میں راہ چلتے مردوں اور عورتوں کو اپنی طرف متوجہ کرتے ہیں اور بات کرنے پر مجبور کرتے ہیں۔

سخت سردی کے موسم میں استغراق کے ساتھ یہ تصور کریں کہ سردی نہیں بلکہ معتدل موسم ہے آپ کا جسم خیال کی طاقت کو ضرور مانے گا اسی طرح گرمی، خوشبو، بدبو ہر شے کا احساس قبول یا رد کیا اور کرایا جا سکتا ہے۔ اگر بیماری میں یہ تصور قائم کیا جائے کہ میری تکلیف کم ہو رہی ہے مجھے کوئی تکلیف درد نہیں یکسوئی سے یہ خیال پیدا کریں گے تو ضرور فائدہ و افاقہ ہو گا۔ میرے روحانی باپ ایک فوجی آفیسر کے گھر تشریف فرما تھے گلدان میں رکھے تازہ پھول پر نظریں جما کر یہ خیال پختہ کیا کہ پھول مرجھا جائے گا چند لمحوں بعد گلاب کا تر و تازہ پھول مرجھا گیا۔

دنیا میں ایسے چند ایک افراد موجود ہیں جو یکسوئی اور آنکھوں کی مدد سے حیرت انگیز کرتب و کرشمے انجام دیتے رہتے ہیں۔ تمام انسان برابر ہیں کوئی کسی کو کھاتا نہیں اور نہ کھا سکتا ہے جس کی جتنی قوت ارادی مضبوط اور خیال مضبوط ہو گا تھک سے نفرت کرے گا دوسرے کو اثر و غالب کے طور پر کھا جائے گا۔

درج بالا مثالوں کے علاوہ آپ جہاں اور جس ماحول میں ہپناٹزم کے اثرات کا تجربہ کرتے رہیں گے آپ ان اثرات اور عجیب کرشموں سے ضرور محظوظ ہوتے رہیں گے بے شمار خیالات کے حملے ہیں جو کامیاب ثابت ہوئے ہیں لیکن زندگی میں ہر جگہ نیا ماحول نیا سلیقہ نیا معاشرہ مختلف انداز ہوتے ہیں ان سب مثالوں کو پیش کرنا کتاب کو وقانے کے مترادف ہے کیونکہ گھر، دفتر، اسکول، بازار، میدان، دکان، دوست، دشمن، راہگیر، تھانہ، ہسپتال، جلسہ، ریل، جیل، سفر، کوئٹہ، اسلام آباد، افغانستان، چین، امریکہ، غرضیکہ ہر مقام میں یکسوئی کو مختلف طریقوں سے استعمال کرنا ہو گا۔ ان مقاصد میں کامیابی یقینی ہو گی

اگر ذہن ہزار راستوں پر نہ ہو جس غرض کے لیئے یکسو ہو جائیں تو اس میں غرق ہو جائیں تب ضرب اثرات ضرور اور ضرور محسوس کریں گے۔ بیسیوں بار ناکامی ہو تو بھی ہمت نہ ہاریں بار بار عمل کریں بڑا جگر کا کام ہے۔ عموماً نازک ارادے والے واپس لوٹ جاتے ہیں حوصلے اور ارادے کا پہاڑ بننا ہو گا اساوقات دوست عزیز ہنسیں گے حوصلہ شکنی کا طرز اختیار کریں گے ایسی باتوں کو بالکل اہمیت نہ دیں پہلے سے بڑھ کر وقت اور کمزوری کا مقابلہ کریں انسان مثل ایک ملک ہے اس کا نظریہ داخلہ اور خارجہ پالیسی ہونی چاہیے لوگوں کی ذہنیت کے مطابق ان سے رابطہ سلوک اور دوستی رکھیں اپنے گھر، عزیز واقارب اور معاشرے میں افراد کے لیئے کوئی طریقہ اور طرز رکھیں پھر اس قاعدے پر ہمیشہ کاربند رہیں کہ کس طرح کن کن لوگوں سے کس طرح پیش آنا ہے لوگوں کے چہروں کی طرح ان کے ذہنوں میں بھی فرق ہوتا ہے لہذا آدمی کے ذہنیت کے مطابق ان سے بات کریں

۔

آپ کبھی پریشان پشیمان اور ناکام نہیں ہوں گے بعض لوگ جاہلوں کی طرح حرکتیں کرتے ہیں یہ ان کی ذہنیت ہے اپنے ذہن پر کبھی دباؤ نہ ڈالیں کہ فلاں کیوں ایسے کر رہا ہے فلاں کیوں بات نہیں سمجھتا انہیں ایسے طریقے سے رہنمائی دیں کہ آپ ان کی ذہنیت کو سمجھا سکیں یہ نہیں کہ آپ اپنی ذہنی سطح پر اسے ایک دم لانے کی کوشش کریں وقت ضرور آئے گا کہ لوگ آپ کے ارادے، فیصلے، نظریئے اور اثر کے مداح ہوں گے۔ بے ذوق۔ جہلا اور کم علم افراد کے طنز اور طرز سے اپنی منزل، ہدف اور ارادے کو نہ بدلیں ہونے دیں رین میں آنسوؤں کا بھاؤ بہت کم ہے ہمیشہ مسکراتے رہو خود حوصلہ مند بننا پڑے گا بڑی سے بڑی خدمت دنیا کی کریں گے گنتی کے لوگ حوصلہ افزائی کریں گے تعریف کے محتاج نہ بنیں متواتر کام اور مستقل مزاجی کو دوست بنائیں کام میں عظمت ہے

کام و مقصد اور اپنے علم سے غرض رکھیں دنیا میں جو نظام چل رہا ہے۔ اسے ایسے ہی لوگ چلا رہے ہیں جو اپنے فیصلے خود کرتے ہیں ان فیصلوں پر عام لوگ صرف تبصرے کرتے ہیں اور ان فیصلوں کے تابع رہتے ہیں۔

اچھا عزم اور یکسوئی سے لوگوں کو متاثر کرنے اور اپنے مقصد کے لیئے استعمال کرنے کا آپ کو شعور بہتر طریقے سے ہونا چاہیئے ہر انسان کو ایک ہی طریقے سے متاثر نہ کریں۔ بلکہ لوگوں کے مزاج طبیعت کو دیکھ کر متاثر کرنے کا رویہ اور ان کا علاج کرنا چاہیئے اس علم میں درپیش اور آنے والی تکلیفوں، حریفوں اور دشواریوں کا قوت ارادی سے مقابلہ کرنا ہو گا جس مقصد و مطلب کا ارادہ ہو اسے حل کرنے کا صحیح و منفرد سوچ ہو کس طرح کسی دشواری کو دور کرنا چاہیئے حالات پر نظر رکھنا چاہیے موقع سمجھنا چاہیئے کہ تدبیر کیا ہونی چاہیئے بے موقع بے خبری اور نا سمجھی میں اٹھایا ہوا قدم ناکامی کی منزل پر پہنچے گا۔

حالات، واقعات، اشخاص، اور طبقات پر نظر رکھے بغیر جو شخص جتنا بھی یکسوئی اور استغراق سے کام لے گا کامیابی ان سے دور ہے کامیابی تب ہو گی جب آپ موقع شناس ہوں گے۔

مسائل حل کرنے کی سعی اور بہتر تدبیر رکھتے ہوں گے یہ خوبیاں یکسوئی کی مشقیں آپ میں پیدا کریں گی بہتر سے بہتر استعمال آپ پر منحصر ہو گا۔

ابتدائے ٹیلی پیتھی

خود نومی :۔

جس طرح آپ دوسروں کو ہپناٹزم کے ذریعے مصنوعی نیند میں الجھا سکتے ہیں اور ہپناٹائز کر لیتے ہیں بالکل اسی طرح عامل خود کو بھی ان اثرات کے زیر اثر لا سکتا ہے جسے خود نومی "سیلف ہپناٹائز" کہتے ہیں۔

خود نومی میں عامل کی شعوری قوتیں اور حواس بیدار رہتے ہیں یعنی عامل نیند میں رہتا ہے لیکن حواس بحال رہتے ہیں اس عالم میں عامل اپنی ذات کو مخاطب کر کے اسے جو بات کہے گا اس کا اثر شعور پر ہوگا۔

ٹیلی پیتھی کے لیے خود نومی کی مشق خشت بنیاد ہے جب تک اپنی ذات پر قابو نہ ہوگا دوسروں کو پیغام ترسیل کرنا مشکل ہے لہذا ٹیلی پیتھی کی مشق کے بیان سے قبل خود نومی کا ذکر ضروری ہے۔

ٹیلی پیتھی نام ہے ہپناٹزم سے آگے درجے کا، ٹیلی پیتھی کا کام غیر حاضر مسافتوں، میلوں دور محلات، جنگلات اور محافظوں میں محفوظ انسان تک کے دماغ و شعور پر وار کرنا، یہ عمل وہ شوق پورا وہ انسان کرتا ہے جو قوت ارادی کو لونڈی بنائے رکھے یکسوئی میں اس قدر غرق ہو کہ آس پاس کی خبر نہ ہو یکسوئی کی مشقوں میں کامیابی حاصل کی ہو اس کے علاوہ خود نومی پر عبور ہو خود نومی میں کامیابی ٹیلی پیتھی میں کامیابی کی نشانی ہے۔

خود نومی "سیلف ہپناٹائز" کیا ہے اپنے اوپر نیند طاری کرنا دل جمی سے کام لیا تو خود نومی کوئی مشکل نہیں دوسروں کو خیالات بھیجنا کامیابی کے ساتھ یقینی ہے۔

طریق خود نومی :۔

کرسی میں آرام دہ حالت میں بیٹھ جائیں یا پھر پلنگ چارپائی فرش وغیرہ پر اس طرح لیٹ جائیں یا بیٹھ جائیں کہ آپ کو کوئی الجھن یا جسمانی خلش نہ ہو اب اپنی نظریں کسی چمکیلی چیز پر مرکوز کریں یا پھر کسی نقطہ پر ٹکٹکی باندھ کر دیکھیں۔ ۱۰۔۱۵ منٹ میں اس گھورنے کے عمل کے ساتھ ساتھ اپنے ذہن کو یہ ہدایت اور تصور دیتے جائیں کہ میری آنکھیں بوجھل ہو رہی ہے تھک چکی ہیں نظر تھکنے کے بعد اپنے آپ سے مخاطب ہو کر آہستگی کے ساتھ دل ہی دل میں کہیں کہ جب میں آٹھ تک گنتی گنوں گا تو ہپناٹائز ہو جاؤں گا میں سو جاؤں گا میری آنکھیں بند ہو جائیں گی میں ہپناٹائز ہو جاؤں گا لیکن میرے حواس بیدار رہیں گے ۔

۱۔ایک : میری آنکھیں تھک چکی ہیں
میری آنکھوں پر بوجھ ہے
میری آنکھیں بہت جلد بند ہو جائیں گی
میں بہت جلد سو جاؤں گا

۲۔دو : میرے اعصاب بھاری ہو چکے ہیں
میں سستی محسوس کر چکا ہوں
میری آنکھوں میں سخت تھکن ہے

۳۔تین : میں سونے پر مجبور ہوں
میں سونا چاہتا ہوں

۴۔چار : میں آنکھیں بند کرنے پر مجبور ہوں

میری آنکھوں میں مست نیند ہے۔

۵ پانچ : میرے تمام اعصاب سو رہے ہیں۔

میں بظاہر جاگ رہا ہوں۔

۶ چھ : میں سو چکا ہوں

میں سو رہا ہوں میری آنکھیں بند ہیں

۷ سات : میری آنکھیں نیند سے بھری ہیں

میری آنکھیں بند ہو جاتی ہیں

۸ آٹھ : میری آنکھیں بند ہو رہی ہیں

میں سو چکا ہوں

یقیناً سو چکا ہوں

اس کے ساتھ ہی آپ کی آنکھیں بے اختیار بند ہو جائیں گی آپ ہپناٹائز ہو چکے ہیں خود نومی کی دنیا میں ہیں اب آپ مزید گہری نیند طاری کریں اس سے پہلے اپنے آپ سے کہہ ڈالیں کہ جب میں پانچ تک گنوں گا تو جاگ جاؤں گا بالکل تندرستی اور مستعدی کے ساتھ۔

اب خود نومی کے جس عالم میں ہیں اسے مزید گہرا اور اثر انگیز کیجئے آہستہ آہستہ سانسیں لیں جیسے نیند کے دوران انسان لیتا ہے ساتھ ہی کہتے جائیں۔

میں مست نیند سو چکا ہوں

بہت میٹھی نیند سو رہا ہوں

مجھے کوئی آواز اور شور و غل سنائی نہیں دے رہا

اسی طرح سوئے رہیں سانسیں نیند کی طرح لیتے رہیں جب جاگنے کی ضرورت

ہو پانچ تک گنتی کریں اور ہدایت جاری رکھیں فقروں کی صورت میں۔

۱۔ ایک :۔ میں نیند سے بیدار ہو جاتا ہوں۔

۲۔ دو :۔ میری نیند ختم ہو رہی ہے۔

۳۔ تین :۔ میں بیدار ہو رہا ہوں۔

۴۔ چار : میں جاگ چکا ہوں۔

۵۔ پانچ :۔ پانچ کا ہندسہ کہتے ہی آپ کی آنکھیں کھل جائیں گی یہ مشق رات کو سوتے وقت کر سکتے ہیں دن کو فرصت ہے تو بھی ٹھیک ہے ایک ہفتہ میں سیلف ہپناٹائز پر قابو ہو جائے گا۔ نیند طاری کرتے وقت فقرے آہستہ آہستہ اور متواتر کہتے جائیں ہر دو ہندسوں کے مابین اندازاً ۱۰ سیکنڈ کا وقفہ ہو جب خود نومی کی حالت میں ہوں تو اپنے آپ کو تلقین کریں کہ ۱۵ یا ۲۰ منٹ کے لئے ہپناٹائز ہونگا اس وقفہ کے بعد خود بخود پانچ تک گنتی کرنے سے جاگ جاؤنگا جب میں جاگوں گا ہر لحاظ سے توانا ہونگا آئندہ جب مجھے خود نومی کی ضرورت ہوئی تو دس تک گنتی کرنے پر ہپناٹائز ہو جاؤنگا۔

۱۔ تجربہ :۔

کسی بھی وقت اپنے آپ کو خود نومی میں یہ تصور دیں کہ آپ کا جسم بالکل ہلکا ہو چکا ہے ہوا کی طرح آپ بادلوں میں گھوم رہے ہیں آپ کا جسم ہوا میں ہے یہ تصور پختگی کے ساتھ بار بار دہرائیں تو آپ واقعی خود کو ہوا میں بادلوں میں محسوس کریں گے جب یہ احساس ہر وقت کامل ہو تو جان لیں کہ آپ خود نومی میں کامیاب ہیں یہ ہدایت ضرور دیں کہ ۳ منٹ وغیرہ کے لئے ہوا میں رہوں گا۔

۲۔ تجربہ :۔

پر سکون ماحول میں اپنے آپ کو ہپناٹائز کرنے کے بعد یہ تصور کریں کہ سردی کا موسم ہے سردی سے میرا جسم یخ ہو رہا ہے سخت سردی ہے آپ یقیناً سردی محسوس کریں گے اور کانپیں گے حالانکہ موسم گرمی کا ہو گا۔

۳۔ تجربہ :۔

اسی طرح سیلف ہپناٹائز میں یہ تصور قائم کریں کہ میں اپنے فلاں دوست بھائی کے پاس پانچ منٹ کے لئے جاؤنگا یہ ہدایت پختگی تصور کے ساتھ قائم کرتے ہوئے اور مطلوب کا کامل تصور کرتے ہی آپ کے ذہن پر مطلوب کی تصویر ابھرے گی ۔ خیال کی پختگی اس قدر ہو کہ آپ کا ذہن شعور لا شعور کے ہزاروں حصے کے لئے بھی یہ خیال نہ کرے کہ آپ کا جسم بستر یا کرسی پر پڑا ہے۔

۴۔ تجربہ جنت روحانی باپؒ :۔

میرے روحانی باپ محترم علامہ شاہ گیلانیؒ صاحب اپنا ایک تجربہ خود نومی بیان فرماتے ہیں دوران خود نومی میں نے اپنے آپ کو حکم دیا ہدایت دی کہ میں نیند کے اس عالم میں دس منٹ تک جنت کی سیر کروں گا اس تصور کے ساتھ ہی میں نے یہ بھی کہا کہ ۳ تک گننے سے میری روح جنت میں پہنچ جائے گی میں جھوٹ نہیں کہہ رہا جھوٹے پر

خدا کی لعنت ہے آپ یقین کیجئے کہ میں نے دس منٹ تک ایسا منظر دیکھا جس کی مثال دنیا کے کسی خطے سے نہیں دے سکتا ایسی دلفریب کہ وہاں واپس آنے کو دل ہی نہیں چاہتا تھا جس کا نشہ آج تک میرے دماغ پر مسلط ہے۔

جو لوگ اس تجربہ کو غلط رنگ دیں گے دینی مسئلہ بنائیں گے ان کے لئے میری یہی گذارش کہ محمد رسول اللہ ﷺ کی حدیث ہے کہ "علم جنت کے راستوں کا نشان ہے "

اس کے علاوہ ہمارے شائستہ و فطری مذہب میں جنت کا جو بے نظیر خوبصورت ترین اور دلفریب تصور ہے ہو سکتا ہے قبلہ علامہ مرحوم کی یکسوئی و استغراق کا تصور جنت کے تصور میں گڈمڈ ہوا ہو ۔

سیلف ہپناٹائز میں اگر آپ نے کامیاب تجربے کئے تو ٹیلی پیتھی کے عملی میدان میں آپ عظیم شخصیت بن گئے ہیں صبر و تحمل مسلسل تجربوں سے خود نومی پر قدرت ضرور حاصل ہو گا اس کے بعد دنیا کے کسی بھی حصے و خطے اور کونے کا منظر یا شخص کا تصور ہو بہو وہی ہو گا جو اصل حالت میں ہو گا ادھر تصور باندھا ادھر منظر یا شخص خیالی سکرین پر نظر آئے گا۔

جس مقام، انسان کا تصور یکسوئی سے پیدا کریں گے ذہن کے پردہ پر من و عن بالکل یقینی و اصلی حالت دیکھ پائیں گے وہی چہرہ، سنہرے بال گورے گال۔ وہی چال ، گاؤں، بازار شہر دلفریب مناظر رش ہے خریداری ہے۔ میدان ہے سب کچھ اصلی حالت میں آپ کے بند آنکھوں کے سامنے ہو گا آپ ہونٹوں پر ہلکی مسکراہٹ لئے اس ماحول سے لطف اندوز ہو رہے ہوں گے۔ جب کہ وہاں کے موجود لوگ بے خبر مصروف کار روزگار ہوں گے۔

خیالات اور لاشعور کا یہ طریقہ سفر آپ کے لئے ذرا مشکل ہو گا اسے آسان بنانے کے لئے شمع بینی کی مشق بہت مفید ہے شمع بینی پختگی یکسوئی کو نکھارتی ہے اور قوت خیال کا سفر تیز تر کرتا ہے۔

عام بازاری کتب میں شائق کو شمع کو روشن کر کے اسے گھورنے کی ہدایت کی جاتی ہے سادہ لوح شائقین عمل کر بیٹھتے ہیں آنکھیں بڑی نعمت ہیں بایا جہاں سخت اور بڑے کام دکھاتے ہیں اتنی ہی نازک بھی ہیں یکسوئی کی ابتدائی مشقیں نہ کی جائیں تو شمع بینی آپ کی آنکھوں کی نور کو ظلمت میں بدل دے گی مجھے چند ایک لوگوں نے خطوط و کتابت کے ذریعے بتایا ہے کہ جو عام کتب کا مطالعہ کرنے کے بعد خطرناک آنکھوں کی مشقیں کر چکے ہیں اور چہروں پر عینکیں بطور مجبوری لگانے پر مجبور ہیں۔

لیکن یہاں سبق کچھ اور ہے ترتیب وار آپ نے آنکھوں کی مشقیں کر لی ہیں اس سے آپ کی آنکھوں میں وہ قوت امڈ آئی ہے کہ شمع موم بتی کی تیز شعاعیں آنکھوں کو کوئی نقصان نہیں پہنچا سکتیں تیز و مضر شعاعوں اور اثرات کو آنکھوں کی طاقت رد کر دیں گے فائدہ مند شعاعیں اور اثرات آنکھوں میں جذب ہو کر آپ کی یکسوئی اور آنکھوں کو حیرت انگیز بنا دیں گی۔ اب روحانی پردہ ذہن پر لوگوں مقامات و افراد کی تصویریں ابھارنا اور ان کی طرف پیغامات ارسال کرنا ممکن ہو جائے گا۔ سینہ چاک کر کے صفحات پر وہ علم بکھیر دیا ہے صاف الفاظ میں کہ علم کو چھپانے اور علمی بخیل اس تحریر پر چونک پڑیں گے بالترتیب یقینی ریاضتیں آپ کے برسوں کا ضائع شدہ وقت، پیسہ، محنت اور شوق کا ازالہ ضرور کریں گی اور ازالہ و فائدہ ضرور ہو کر رہے گا اگر آپ کی ہمت اور حوصلے نے دھوکہ نہ دیا۔

شمع بینی :-

ایسا کمرہ منتخب کریں جہاں فرصت کے وقت شمع بینی کرنے کے دوران کوئی شے یا انسان قاطع و مانع عمل نہ ہو رات کو یہ مشق بآسانی کر سکیں گے کیونکہ رات کو کسی کے مخل ہونے کا احتمال نہیں رہتا۔ اس وقت سوائے سونے کے آپ کو کوئی فکر اندیشہ دامن گیر نہیں ہوتا وضو کر کے کمرے میں داخل ہوں تمام خیالات کو کمرے سے باہر رکھ چھوڑیں موم بتی جلا کر چار فٹ کے فاصلے پر آنکھوں سے چار انچ بلند سیدھ میں رکھیں مناسب جگہ میز کرسی پر یا شمع دان وغیرہ میں روشن کر سکتے ہیں اب چار فٹ کی دوری پر بیٹھ کر صاف اور خالی ذہن کے ساتھ موم بتی کی لو پر ٹکٹکی باندھ کر دیکھنا شروع کریں آپ کا ذہن ایک ہی خیال، فکر اور کام میں رہنا چاہئے صرف اور صرف لو پر نظریں جما کر دیکھنا آنکھیں دکھتی ہیں دکھنے دیں ناک اور آنکھوں سے پانی بہتا ہے بہنے دیں بس نظر اور خیال میں لو ہونی چاہئے آنکھیں نہ جھپکیں، ٹیلی پیتھی کی اس مشق میں آنکھ جھپکنا منع ہے آسانی کے ساتھ لو کو گھورنا جاری رکھیں آنکھیں جھپکیں تو فوراً آنکھیں بند کر دیں۔ ۳۔ ۴ منٹ تک آنکھیں بند رکھیں اس کے بعد شمع بجھا دیں اور آنکھوں کو ٹھنڈے پانی کے چھینٹے مار کر آرام سے بستر میں سو جائیں۔

گذشتہ مشقوں کی وجہ سے آپ کی آنکھیں شمع بینی میں جلد نہیں جھپکیں گی شروع تین چار دن لو کو پندرہ بیس منٹ سے زیادہ نہ دیکھیں۔ اس کے بعد جس قدر دیکھ سکیں دیکھا کریں لیکن ۴۰ یا ۴۵ منٹ سے زیادہ بھی نہ دیکھیں آپ کی دنیا و مافیہا میں موم بتی کی لو ہونی چاہئے چند دن بعد اس مشق سے لطف حاصل ہو گا لو سے محبت ہو گی آنکھوں کو

تکلیف اور سوزش نہ ہوگی لو گھورنے کا لطف ہوگا انہی دنوں آپ کو موم بتی کی لو میں مختلف شکلیں، جانور، پہاڑ اور صحرا اور انسانوں کی تصویریں نظر آنا شروع ہوں گی جس سے مزید شوق ابھرے گا اس مشق کو دو مہینے جاری رکھنے سے آنکھوں میں انگار کی طاقت آجاتی ہے اگر آپ نے یہ مشق بھی کامیابی کے ساتھ دو ماہ جاری رکھا تو آپ ارتکاز توجہ کی چوٹی سر کر چکے ہوں گے پیچیدہ لاینحل کے حل ذہن پر القاء ہوں گے شخصیت کو جلا اثر کو تقویت ملے گی کشف کی صلاحیت سر اٹھائے گی لوگوں کے خیالات آپ پر واضح ہوں گے ان کے ارادے بھانپ لیں گے حالات واقعات اور آئندہ کی خبر گماں کی صورت میں ہوگی آپ کا مشورہ، نظریہ اور فیصلہ کسی بھی معاملے میں درست ثابت ہوا کرے گا ایسی تبدیلیاں محسوس کریں گے کہ خود بھی حیران ہو سکے۔ شمع بینی کی مشق کے بعد کسی سوئے ہوئے بلی یا کتے پر نظریں گاڑھ دیں تو چند لمحوں میں کتا اٹھ کر بھاگ جائے گا یہ علامت ہے مشق کی کامیابی کا۔

ان مشقوں کے بعد پیناٹزم اور ٹیلی پیتھی کے فوائد کے علاوہ اگر آپ کا ارادہ مضبوط تر اور یکسوئی کامل ہوئی تو عین ممکن ہے کہ آپ آنکھوں کے اشاروں سے چیزوں کو حرکت دیں اور کسی چیز پر نظریں جما کر یہ ارادہ کریں کہ یہ شے ٹوٹ جائے گی یا چلتی چیز رک جائے گی وغیرہ وغیرہ عین ممکن ہے کوشش جاری رکھیں گے تو ضرور ہوگا یہ ناول کہانی یا شاعری نہیں یہ حقیقت ہے ایسا فقیر دیکھا گیا جو کسی چیز پر ۳ منٹ تک نظریں گاڑھ دیتا اس چیز کو آگ لگ جاتی جس کسی نے حقیقت تسلیم کی اس نے علم کے خالق تک رسائی پائی اب آپ کا ہزار رستوں پر بھٹکا خیال سمٹ کر ایک مقام پر مرکوز ہونے میں کامیاب ہو چکا ہے ٹیلی پیتھی بن گئے ہیں ناممکن کام ممکن بن گئے ہیں پیچیدہ پیچیدہ عقدے چند لمحوں میں حل ہوں گے۔ گتھیاں سلجھ سکتی ہیں جب جہاں اور جدھر چاہیں کوئی بھی خیال تصور کی

پختگی سے پیش کریں اس خیال میں غرق ہونے پر آپ کا لاشعور مطلوبہ مقام پر پہنچ جائے گا جب یہ کیفیت ہو تو قوی ارادے کے ساتھ خاموش آواز میں اپنا پیغام اس کو پہنچا دیں یہ خاموش آواز اس انسان کی روح اور لاشعور تک سرایت کر جائے گا یہ پیغام چند بار ضرور دہرائیں کام نہ ہوا تو اگلے دن دوبارہ اسی طرح کریں آپ دیکھیں گے متعلقہ شخص پہنچ آپ کا پیغام وصول کرے گا اور اس پر عمل کرے گا۔

ٹیلی پیتھی میں پیغامات دور مقامات پر بھیجنے سے قبل ضروری ہے کہ آپ تھوڑے فاصلے پر خیالی لہریں پھینکیں اسی طرح مرحلہ وار فاصلہ بڑھاتے جائیں گے تو جلد اور یقینی کامیابی ہوگی۔

ایک کمرے میں دوست کے ساتھ داخل ہو جائیں کاغذ پنسل ساتھ لیں شمال کی طرف رخ کر کے بیٹھ جائیں دوست کو جنوب رخ بٹھائیں آپ ایک کاغذ کی پرچی پر ایک سے دس تک کا کوئی ایک ہندسہ تحریر کریں ہندسہ صاف واضح لکھیں اب پوری توجہ اور مکمل خیال کے ساتھ اس کاغذ کا تصور کر لیں اور تصوراتی لہر کو قوت اور انتہائی یکسوئی سے دوست کی طرف روانہ کریں پیغام خاموش آواز یکسوئی اور مکمل یقین کیساتھ دوست کی طرف 4-3 منٹ متواتر بھیجیں آپ کے دوست کو پہلے سے علم ہونا چاہئے کہ ایک سے دس کے مابین ہندسہ لکھتا ہے اب آپ کے دوست کے ذہن و شعور میں جو کچھ اور جو ہندسہ آئے لکھ ڈالے اسی طرح دو تین مرتبہ مختلف ہندسے دہرائیں چار پانچ دن کی مشق کے بعد آپ کا دوست وہی ہندسہ لکھے گا جو آپ نے خیال کی صورت میں لہر میں اس پر بھیجا ہوگا اب آپ ایک سے سو تک ہندسوں کا امتحان لیں اسی طرح ۳۔ ۴ دن بعد ایک لفظ لکھ کر اس کی طرف روانہ کریں آپ کا دوست وہی لفظ تحریر کرے گا اس کے بعد جملہ لکھ کر آزمائش کریں خیالی لہر میں یکسوئی کے ساتھ قائم کر کے دوست کی طرف

پھینکیں جب جملہ بھی وہی تحریر ہو جو آپ نے خیال کی صورت میں پھینکا تھا تو اب آپ مکمل کامیاب ہیں۔ اور لوگوں کو اپنا پیغام ارسال کرنے پر قادر ہیں کوئی مزاحمت اور رکاوٹ نہ ہوگی اس دوست کو کسی دوسرے محلے یا گاؤں بھیجیں اور پیغامات بھیج دیں کامیابی ہونے پر دوسرے شہر بھیجیں اب آپ کا پیغام سینکڑوں ہزاروں میل دور انسان کے دماغ پر بغیر کسی اطلاع کے چھا سکتا ہے کسی رشتہ دار یا دوست عزیز کو پیغام روانہ کریں کہ فلاں دن تم میرے گھر آؤ گے آپ حیران ہوں گے جب آپکا عزیز اسی دن آپ کے گھر میں خوش گپیوں کے ساتھ طعام میں مصروف ہوگا۔

بازار میں ایک دکان پر بیٹھ جائیں اور کچھ فاصلہ پر کسی دوسرے دکاندار کو پیغام بھیجیں کہ اسی وقت اس دکان پر آ آئے گا۔ کسی تقریب یا محفل میں کسی کی طرف یہ توجہ قائم کرو کہ اب تم کھڑے ہو جاؤ یا بیٹھ جاؤ گے ناک صاف کرو گے یا میری طرف آؤ گے مجھ سے بات کرو گے اگر آپ نے یقین اور یکسوئی سے کام لیا تو ۲ - ۳ منٹ میں ہر شخص آپ کے ہر طرح کے حکم پر عمل کرے گا۔

کسی بھی سائل یا ملنے والے شخص کے تاثرات بھانپنے کے لیئے ذہن کو یکسو کر کے اس انسان کے دل و دماغ سے رابطہ کریں مکمل خیال اس کی طرف چھوڑیں اس کی خوبی خامی فطرت و اصلیت معلوم ہوگی اب آپ ان گنت کاموں کی تکمیل کر سکتے ہیں ہر کسی کو زیر اثر لانا عام بات ہے مکمل اطمینان اور سکون کے ساتھ ایسا خیال قائم کریں کہ دھیان لمحہ بھر کے لیئے آوارہ نہ ہو بار بار پیغام دہرائیں انشاء اللہ ضرور کامیابی ہوگی آپ کا اثر برقی لہر کی طرح لوگوں کو متوجہ کرے گا

ٹیلی پیتھی اور یکسوئی حاصل کرنے کے لیئے ضروری ہے کہ انسان جنسی بیماریوں سے پاک ہو، سوزاک، جریان یا احتلام جنسی بیماریوں سے آزاد ہو جلق سے دور ہو کیوں

کہ ان امراض کے ساتھ یکسوئی کی مشقوں سے حاصل شدہ قوت کا ضیاع ہوتا ہے یکسوئی کی عمارت کو جوانی و انسانی طاقت خاص پر زیادہ مضبوطی کے ساتھ تعمیر کیا جاسکتا ہے۔ غلط اور غیر شرعی طریقے سے اس کا ضائع کرنا گویا روحانی اقدار اور یکسوئی کی بنیادوں کو اپنے ہاتھوں کھوکھلا کرنے کے مترادف ہے۔

ٹیلی پیتھی کے ابتدائی تجربات میں چند ناکامیوں کمزوریوں اور کم اثری کا سامنا کرنا پڑے گا اسکا مطلب یہ نہیں کہ آپ ناکام ہو گئے ناکام ہونا تو آپ جانتے ہی نہیں آہستہ آہستہ آگے بڑھیں تجربات کا نہ ختم ہونے والا سلسلہ لگا دیں آپ انسان ہیں دنیا کی سب سے بڑی قوت ہیں اور آپ کی بڑی قوت۔ قوت ارادی ہے قوت ارادی ہی خیالات کی رہبری کرتا ہے۔ آپ کی قوت ارادی میں کمی ہوئی تو آپ کے دماغ کی لہری خیالات رستے ہی میں دم توڑ دے گی کسی پر اثر انداز نہ ہوں گے قوت ارادی چٹان کی طرح ہے تو خیالات کو روکنے میں دنیا کی کوئی طاقت رکاوٹ ڈال نہیں سکتی کمزور خیالات ہوا کے ہلکے جھونکے سے ڈھل جاتے ہیں۔ خیال ایک ایسی قوت ہے جس سے تمام انسان اور حیوان ایک دوسرے کو جانتے ہیں ایک پالتو کتا مالک کے خیال کے مطابق وفادار ہوتا ہے دو مسافر یا انجانے آپس میں بات کئے بغیر ایک دوسرے کو خیال کی قوت سے پہچان لیتے ہیں۔

کسی محفل یا ملاقات میں ہر انسان دوسرے انسان کو قوت خیال سے مطالعہ کرتا ہے۔

بے شمار مثالیں روز مرہ کی زندگی میں ملتی ہیں جس سے یہ حقیقت عیاں ہے کہ خیال ہی زندگی ہے ہم جو بولتے ہیں کام کرتے ہیں یہ صرف خیال ہے خیال خاموش اور پوشیدہ رہتا ہے جبکہ زبان اس کی نمائندہ ہے کلام کی جائے اگر خیال کو گردش میں لایا جائے تو اس کی تاثیر زبان کی نسبت کئی گنا تیز اور یقینی ہے۔

اس کامل قوت کو پانے کے لیئے چھوٹی چھوٹی ناکامیوں اور ہمت سے نہ گھبرائیں یہی آپ کی کلید کامیابی ہے آپ پست ہمت جلد گھبرانے اور ہار ماننے والے ہیں تو جہالت کی دنیا میں لوٹ جائیں ہاتھ پاؤں سے کام لے کر محکوم رہیں عقل کو کبھی استعمال نہ کریں دوسروں کو دانائی اور عزم پر تالیاں بجاتے رہیں لیکن اگر آپ ایک طاقت اور ناقابل تسخیر قوت بننا چاہتے ہیں تو پھر جلد بازی نہ کریں اپنی محنتوں اور کوششوں کے نتائج دیکھنے کے لیئے فوراً بے تاب نہ ہوں۔ کامیاب انسان ایک ہی مقصد کے لیئے تمام زندگی گزارتا ہے اور دیر ہونے پر ہمت نہیں ہارتا۔

اپنی نگاہ کو یکسوئی اور علم سے نہ ہٹائیں تجربات میں مگن رہیں جو رستہ چن لیا ہے جو فیصلہ کر لیا ہے اس پر جہت قدم رہیں پورے عزم، ارادے اور یقین کے ساتھ اس رستے پر بڑھتے رہیں مردانہ وار مقابلہ کریں منزل کے رستے میں جو مشکلات اور مصائب آئیں اسے عقل اور ارادے کی ٹھوکر سے پاش پاش کریں زیادہ بوجھ ہو تو متحمل بردبار ہو کر مقابلہ کریں یہ ایک ایسی راہ ہے کہ ہر طرف کانٹوں کا ڈھیر ہے علم روحانی یکسوئی کے پہاڑ کے دامن سے سر تک تمام کانٹوں کا مشترکہ تہیہ ہے کہ کوئی اس چوٹی کو سر نہ کرے۔ اس چوٹی کو سر کرنے والا وہی ہوگا جسے اگر رستے میں کوئی کانٹا دامن کو الجھے تو دامن کو پھاڑ پھینکے اور اپنی نظر ارادے اور یقین کو چوٹی کے سر سے نہ ہٹائے۔

حضرت محمد ﷺ کا ارشاد ہے۔

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهٗ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهٗ

ترجمہ: جس نے اپنے نفس کو پہچان لیا اس نے رب کو پہچان لیا۔

انسان کو عالم اصغر کہا گیا ہے یقیناً عالم اصغر ہے اگر عالم اکبر پر نظر دوڑائی جائے تو

اس کی مشابہت انسان کے ساتھ انسان کو دنگ کر دیتی ہے دنیا میں ایسے خطے و علاقے ملیں گے جہاں جنگلات گھنے جنگلات میدانی علاقے، بنجر علاقے انسان کے جسم پر مختلف حصوں میں بال اگتے ہیں کہیں گھنے کہیں ہلکے یہ جنگلات کا نمونہ ہیں ہتھیلیاں تلوے اور ماتھا وہ علاقے ہیں جہاں کوئی سبزہ و شادابی نہیں۔ انسانی ہڈیوں کا نظام اور مخصوص ابھرے ہوئے عضو، بالکل پہاڑی سلسلوں کی علامت ہے انسان کے اندر چربی، لوہا، کاربن، فاسفورس وغیرہ کی مختلف مقداریں معدنیات کی نشاندہی ہے۔ دنیا میں بڑے بڑے غار پائے جاتے ہیں جو کہ انسان میں بھی پائے جاتے ہیں دنیا میں مختلف انواع و اقسام کے جانور، کیڑے مکوڑے، چرند پرند پائے جاتے ہیں انسانی جسم میں ایسے ان گنت جراثیم پائے جاتے ہیں جو کہ اڑنے والے بھی ہیں خونخوار بھی ہیں اور صحت کے لیئے فائدہ مند جراثیم بھی پائے جاتے ہیں جو کہ انسانی جسم پر جانور کی مانند ہیں بارش اور برف باری کے موسم آتے رہتے ہیں۔ گرمیوں میں پسینے کا ٹپکنا مثل بارش اور سردیوں میں خشکی کا گرنا مثل برف باری ہے چاند اور سورج کی روسے زمین پر اجالا ہے ان کے نہ ہونے سے اندھیرا ہی اندھیرا انسان کی دونوں آنکھیں سورج اور ستارے ہیں۔ ان کے بند کرنے سے اندھیرا ہی اندھیرا ہو جاتا ہے۔ ان کے کھلنے سے دن ہی دن اجالا ہی اجالا دنیا میں مختلف امور کے لیئے فرشتے مقرر ہیں انسانی کندھوں پر بھی دو فرشتے مقرر ہیں کراماً کاتبین، شیطان کو عالم اکبر پر کھلا چھوڑا گیا تو نفس کو انسانی جسم میں مداخلت دی گئی روح مالک جسم ہے امر خدا ہے ازل سے ابد تک روح قائم ہے اللہ رب العالمین ہے۔

روح کے بارے میں رب العالمین کا ارشاد ہے (اے پیغمبر) لوگ تم سے روح کے بارے میں پوچھتے ہیں تم ان سے کہہ دو کہ روح میرے پروردگار کا ایک حکم ہے تم لوگوں کو تھوڑا علم دیا گیا (اس لیئے تم روح کی حقیقت نہیں سمجھ سکتے) X سورہ بنی

اسرائیل) اللہ مالک العالمین ہے۔ اللہ کی تلاش اور حقیقت میں بھی انسان سرگرداں ہے لیکن اللہ کا جلوہ اور یاری بھی بہت کم لوگوں کو حاصل ہے۔

قیامت کا مطلب، پہاڑوں کا اڑنا، ستاروں زمین اور چاند سورج کا ٹکرانا جیسے کہ ارشاد ربانی ہے (لوگو اس دن کو فراموش نہ کرو جس دن ہم پہاڑوں کو چلا ڈالیں گے اور اے پیغمبر تم زمین کو چٹیل میدان دیکھو گے (سورہ کہف)۔

یہی حال انسان کے قیامت کا ہے یعنی موت کے وقت انسان کس طرح اضطراب و کش مکش کے بعد ڈھیر ہو جاتا ہے اور قبر میں جا کر چٹیل میدان میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

ایک اور جگہ فرمان خداوندی ہے (لوگوں اپنے پروردگار سے ڈرو قیامت کا زلزلہ ایک حادثہ عظیم ہے (سورہ حج)۔

واقعی انسانی زندگی میں بھی سب سے عظیم حادثہ موت ہی ہے ان چند مماثلتوں کے مثال سے راقم کا مقصد اپنا نکتہ نظر پیش کرنا یعنی نظر راقم میں سب سے بڑی اور گہری مماثلت سانس کا ہے سانس پر انسانی حیات کا دارومدار ہے عالم اکبر میں آکسیجن، کاربن ڈائی آکسائیڈ اور زہری گیسوں کی مثال ہی کافی ہے جس سے خلقت اور خاک مستفید ہو رہی ہے۔ قرآن پاک میں سورہ دخان۔ دخان کے معنی گیس و دھواں کے ہی ہے۔ اسطرح جب انسان میں سانس کی وجہ سے حرکت ہے روانی نفس کا نام زندگی ہے اور اسکے بند ہونے کا نام مرگ ہے تو یقیناً دنیا میں بھی روانی نفس ہے اور دنیا زندہ ہے اسی سے زمین حرکت میں ہے اور رہے گی اور جب قیامت ہوگی تو دنیا کی روح بھی قبض کر دی جائے گی۔ عالم اکبر و اصغر کی مماثلتوں پر علیحدہ کتاب بھی ناکافی ہوگا یہاں صرف چند پر نظر کا مقصد اذہان کو متوجہ کرنا ہے۔

انسانی تغیر نفس سے تغیرات عمومی اور خصوصی وقوع پذیر ہوتے رہتے ہیں سانس کی حرکتوں، تعدد و تلون اتار چڑھاو کے سمجھنے کو "علم النفس" کہتے ہیں سانس کے علم کو ہماری ناقص عقل پوری طرح تا حال نہیں سمجھ سکا ہے ورنہ اس کا ماہر و نباض وہ مافوق الفطرت کرشمے کراماتیں اور پیش گوئیاں دکھاوے تا کہ عقل جدید و انتہائی ترقی و ٹیکنالوجی کو حقیر سمجھے۔

ہماری تغیرات زندگی کا حرکت نفس سے خاص الخاص تعلق قائم ہے سانس کی تبدیلی ہی سے زندگی میں تبدیلیاں اونچ نیچ وقوع پذیر ہوتے ہیں۔ جس طرح علم نجوم میں انسان کے سات اعضاء دماغ، دل، کبد، ریہ، مرارہ، طحال، آلہ تناسل سات ستاروں سے منسوب ہیں بالکل اسی طرح علم النفس میں سانس کی مختلف ہیئتیں مختلف ستاروں سے منسوب ہیں ہر نوعیت سانس مختلف اثرات کی مالک ہے اور مقررہ وقت رکھتی ہے سانس کی بھی سات اقسام ہیں جو سات ستاروں سے متعلق و منسوب ہیں انہی سات اقسام سے حالات، ماضی مستقبل اور حال کا حال معلوم ہوتا ہے زندگی کے غم، خوشی، رنج، دکھ، بیماری، صحت یابی، دولت، راحت وغیرہ کا انکشاف ہوتا ہے۔ جانوروں کی متاعت آنے والے حالات و واقعات سے قبل از وقت مطلع ہونا اندازا۔ عجائبات زندگی، عسر العلاج بیماریوں کے لیے شفا ان تمام کچھ کا تعلق علم النفس سے ہے اس علم کا ادراک نہایت سادہ اور آسان ہے یہ علم جس قدر سہل ہے اتنا ہی عظیم۔ تمام علوم کا علم النفس سے ربط و تعلق ہے مخفی و ظاہری علوم کی آماجگاہ ہے اس کے بنیادی چند نکات اور اوقات کو سمجھا جائے تو اس میں تحقیق و تجربات ایک عام شائق کو بھی کراماتی و مافوق الفطرت انسان بنا سکتا ہے اس کی اصطلاح و حصول دقیق اور پیچیدہ نہیں۔ اس کا دارومدار آپ کے سانس پر ہے۔ علم النفس میں مہارت کا تعلق آپ کے سانس چلنے، بند کرنے، آہستہ کرنے، روکنے ایک

نتھنے سے بند کر کے دوسرے سے جاری کرنا، ناک سے سانس لینا، منہ سے نکالنا یا سانس لے کر اندر بند کر لینا سے ہے۔ ان قوتوں کو دوام و تقویت دینا اور ان پر قدرت پانا علم النفس کے اعلیٰ مقام پر پہنچاتا ہے۔ بہت کم لوگ ہوں گے جو سانس پر کبھی توجہ دے چکے ہوں گے جو اپنے نفس سے بے خبر ہے وہ دنیا کی کیا خبر دے گا؟

سانس کی اقسام اور اوقات :۔

لوگ جانتے ہیں کہ چاند کا زمانہ دو حصوں پر تقسیم ہے عروج اور زوال چاند کی یکم سے ۱۴ تاریخ تک زمانہ عروج کہلاتا ہے جو کہ چاندنی راتیں کہلاتی ہیں اور ۱۴ سے آخر تک کا زمانہ زوال کہلاتا ہے جو کہ اندھیری یا تاریک راتیں ہوتی ہیں۔ اب رب العزت نے سانس کو چاند کے تاریخوں پر منقسم کیا ہے ہر صبح کو طلوع شمس (طلوع آفتاب) کے وقت انسان کے ناک کے نتھنوں میں سے ایک نتھنا جسے سانس کے علم میں سر کہتے ہیں جاری ہو گا شروع ہو گا ایک سر چلنے کا مطلب ایک نتھنے میں سے زیادہ سانس زور کے ساتھ نکلے گا اور دوسرا سر آہستہ ہو گا مقابلہ اول کے اسکا امتحان آپ اس طرح لے سکتے ہیں کہ اپنے ہاتھ کی ہتھیلی کو ناک کے قریب لے جائیں اور سروں (نتھنوں) سے سانس باہر خارج کریں آپ دیکھیں گے کہ واقعی ایک سر تیز چل رہا ہے اور ایک آہستہ۔

طلوع آفتاب کے وقت جو بھی سر چل رہا ہو گا وہ دو گھنٹے پورا چلے گا اب پورے دو گھنٹے بعد یہی سر کم پڑ جائے گا اور اگلا سر تیز چلے گا۔ گویا سانس ایک سر سے دوسرے سر کو دو گھنٹے بعد منتقل ہو گی۔ پھر دو گھنٹے بعد یہ پہلے والی سر میں بدل جائیگی۔ اسی طرح دو گھنٹے بعد سر بدلتے رہیں گے یہ دو گھنٹے کا وقفہ قدرت نے رکھا ہے یہ وقفہ معین کردہ وقت ہے۔ اس

میں کمی بیشی کا مطلب حادثات غم خوشی اور مختلف عوارضات کا اعلان ہے یعنی اس کمی بیشی کی وجہ سے زندگی میں عوارضات وقوع پذیر ہوتے ہیں اپنے سانس کا مطالعہ و نگرانی رکھیں تو اپنے نیک وبد ہر قسم کے حالات سے آپ قبل از وقت خبردار ہو سکتے ہیں آپ سانس کو معمولی ہوا کا خارج اور جذب ہونا سمجھ کر نظر انداز نہ کریں۔ جس صاحب کو میری ان باتوں اور تحقیق سے اختلاف ہو انکار ہو میری اس کتاب کے تجربات و مشاہدات پر ضرور عمل کرے آزمائش شرط ہے آگے کے اوراق گواہ اور ثبوت ہیں سانس کا یہ اٹل قانون ہے کہ ہمیشہ چاند کی پہلی تاریخ کو صبح طلوع شمس کے وقت بایاں سر یعنی نتھنا چلے گا اور یہ متواتر تین دن طلوع آفتاب کے وقت چلے گا اس میں خلاف نہیں ہو سکتا۔ چاند کے طلوع ہونے میں عیدین اور رمضان میں عوام اور حکام میں ہمیشہ اختلاف پایا جاتا ہے وجہ رویت ہلال کمیٹی کے ممبران ہیں جو بڑی بڑی دوربینوں سے بھی بڑے چاند کو دیکھ نہیں پاتے جب بھی مختلف مقامات کے عوام میں اختلاف رائے پیدا ہو جائے تو یہ معلوم کرنے کے لیے کہ چاند طلوع ہوا ہے کہ نہیں تو صبح چاند کی پہلی تاریخ کو طلوع شمس کے وقت اپنے سروں پر غور کریں اگر بایاں سر چل رہا تھا تو چاند یقیناً طلوع ہو چکا ہے اور اگر دایاں نتھنا سر چل رہا تھا تو ابھی چاند طلوع نہیں ہوا یہ آسان سا قاعدہ ہے جادو ہے نہ فال آپ کے نفس اور قدرت کا کمال۔

چاند کے طلوع ہونے کے بعد چاند کی ۱۔۲۔۳ تاریخ طلوع آفتاب کے وقت ہمیشہ بایاں سر چلے گا جبکہ بعد میں چاند کی ۴۔۵۔۶ تاریخ کو دایاں سر چلے گا آپ کی آسانی کے لیے جدول پیش ہے تاکہ ہر کوئی با آسانی سمجھ سکے۔

بائیاں سر ۱۔۲۔۳۔۷۔۸۔۹۔۱۳۔۱۴۔۱۵۔۱۹۔۲۰۔۲۱۔۲۵۔۲۶۔۲۷۔

دائیاں سر ۴۔۵۔۶۔۱۰۔۱۱۔۱۲۔۱۶۔۱۷۔۱۸۔۲۲۔۲۳۔۲۴۔۲۸۔۲۹۔۳۰۔

اب چاند طلوع ہونے کا یقین چاند کی پہلی تاریخ کے بجائے آپ چاند کی ۲۹ یا ۳۰ تاریخ کو بھی کر سکتے ہیں کہ چاند کی کیا تاریخ ہے ان تواریخ کو یاد رکھنے کا آسان کلیہ یہ بھی ہے کہ چاند کی پہلی ۳ تاریخوں کو بائیاں سر پھر تین دن دائیاں پھر بائیاں علی ہذا القیاس

اس تحقیق سے تو تمام دنیا واقف ہے کہ انسانی سانس کی نلی میں پورا کلمہ طیبہ لاالہ الا اللہ محمد رسول اللہ قائم و درج ہے اور قرآن پاک میں آتا ہے کہ "اللہ نے جس دن آسمان و زمین پیدا کیئے اس دن سے خدا کے ہاں مہینوں کی گنتی لوح محفوظ میں بارہ لکھی ہوئی ہے" (سورۃ التوبہ) اب دیکھئے اسلام اور اسکا ارفع و اعلیٰ فلسفہ کہ اللہ نے انسان کی زندگی سانس کے تعداد پر مقرر کی ہے ہر سانس سانس کی نلی کلمہ طیبہ میں سے ہو کر گزرتا ہے اور سانس کا دارومدار چاند پر منحصر ہے اور اسلام کا سال مہینہ تاریخ بھی چاند پر قائم ہے ہر قوم اور زمانے کے سال اور مہینے چھوٹے بڑے ہوتے ہیں لیکن دیکھیں کہ اسلامی تاریخ اور سال فطرت کے تقاضوں اور اصولوں کے عین مطابق ہے یعنی سانس کا ہر لمحہ کلمہ طیبہ اسلامی تاریخ، اسلامی مہینہ، اسلامی سال اور اسلامی کیلنڈر کا محتاج ہے"

اس بارے میں دنیا کے کسی اور مذہب کے پاس اگر اپنے سال و سانس کے لیئے کوئی ثبوت و دلیل ہے تو سامنے آئے ورنہ حقیقت و فطرت اور فطری مذہب اسلام کو قبول کرے۔

اگر آپ کا سانس بیان شدہ جدول کے تواریخ کے مطابق رواں دواں ہے تو بالکل بے فکر رہیں۔ اسکا مطلب ہے کہ آپ خوش و خرم زندگی بسر کر رہے ہیں اور آپ کامیابی و کامرانی کے دور سے گزر رہے ہیں لیکن اگر سانس مقررہ تواریخ کے خلاف چلے تو جان لیں کہ آپ کی زندگی میں تغیر تبدیلی آنے والی ہے اور یہ ایک یقینی اور اٹل تبدیلی ضرور واقع ہو گی کیونکہ آپ کے سانس نے سر بدلی ہے۔ وقت تھا دائیاں سر چلنے کا جبکہ بائیاں سر

چل رہا ہے یا پھر اس کے برعکس تو اب آپ کسی روحانی جسمانی مالی یا ذہنی طور پر کسی صدمے یا حادثے کے لیئے تیار رہیں۔

اس تبدیلی کو سمجھنے کا اصول یہ ہے کہ اگر بائیاں سر چلنے کا دور تھا مگر دائیاں چل پڑا تو یہ خوشی، ترقی، کامیابی اور صحت یابی وغیرہ کا اعلان ہے اور خوشی دینے والا واقعہ پیش ہو گا اور اگر وقت تھا دائیاں سر چلنے کا مگر بائیاں سر چل رہا ہے تو یہ اعلان ہے اس امر کا کہ آپ کے ساتھ کوئی دل گداز واقعہ پیش ہونے یا نقصان، حادثہ، جھگڑا ہونے والا ہے یاد رکھیے ان دونوں حالتوں میں تبدیلی کا واقع ہونا اعلان قدرت ہے تبدیلی ضروری نہیں کہ بہت ہی زیادہ خوشی دینے والا ہو یا بہت ہی زیادہ دکھ دینے والی ہو جب خوشی والا سر چل پڑے تو یقیناً آپ کو کوئی ترقی، خوشی، کامرانی وغیرہ ملے گی چاہے یہ اپنی نوعیت میں کتنی مختصر یا چھوٹی کیوں نہ ہو۔ اسی طرح نقصان کا سر چل پڑے تو اس کا مطلب اندیشہ معمولی یا مختصر بھی ہو سکتا ہے۔

اس خلاف سر کا چلنا ہرگز یہ نہیں کہ خواہ مخواہ وسوسے کو ذہن پر سوار کیا جائے البتہ ایک پیش گوئی کے طور پر احتیاط برتی جائے تو انسان اس علم سے کما حقہ فائدہ ہی فائدہ حاصل کرے گا یعنی دونوں صورتوں میں خوشی والے سر کے چلنے پر خوشی ملنے پر وہ خوشی کو دوبالا کر سکتا ہے اسی طرح نقصان کے سر کے پیش گوئی کی صورت میں اندیشہ کے وقت نقصان پر قابو پانے کی حالت میں ہو گا خلاصہ یہ ہوا کہ گھبرانے کی بجائے انسان موقع کی مناسبت سے فائدہ ہی اٹھائے یہ ایسا گر ہے کہ نقصان کے وقت بھی اعلان قدرت کی وجہ سے فائدہ پر قدرت رہے یا نقصان کو کم کرنے کے لیئے ذہنی طور پر تیار رہے۔

سانس کی ۷ قسمیں سات ستاروں کے لحاظ سے :۔

۱۔ بائیں نتھنے سے جاری سانس یعنی بائیں سر کو قمری سر کہتے ہیں۔

۲۔ دائیں نتھنے سے جاری سانس یعنی دائیں سر کو شمسی سر کہتے ہیں۔

۳۔ جب قمری سر اور شمسی سر برابر چل رہے ہوں یعنی جب دونوں نتھنوں سے برابر سانس جاری ہو تو اسے قساویہ کہتے ہیں اسکا تعلق عطارد سے ہے جب سانس شمسی سر سے قمری سر میں یا قمری سر سے شمسی سر میں تبدیل یا منتقل ہوتی ہے تو تقریباً دس منٹ تک نفس قساویہ ہوتا ہے دس منٹ ختم ہونے کے بعد سانس ایک سر سے دوسرے سر میں منتقل ہو جاتی ہے۔

۴۔ جب سانس شمسی سر سے قمری سر کی جانب منتقل ہونا چاہتی ہے یعنی نفس قساویہ سے ۲۴ منٹ قبل یہ دور اور عرصہ ستارہ زحل سے متعلق ہے۔

۵۔ جب سانس قمری سر سے شمسی سر کی طرف منتقل ہونا چاہتی ہے نفس قساویہ چلنے سے ۲۴ منٹ قبل یہ دور ستارہ زہرہ سے متعلق ہے۔

۶۔ طلوع آفتاب سے غروب آفتاب تک کے تمام وقت کا شمار گھنٹوں اور منٹوں میں کریں اور اس کا عین درمیانی وقت ۲۴ منٹ کا نکالیں۔ اس وقت جو سانس چلے گی اسے مریخ سے منسوب کیا گیا ہے اسے نحوائے کبرے کہا جاتا ہے۔

۷۔ غروب شمس کے وقت پہلی ساعت سعد اکبر ہے اس وقت جو بھی سانس چلے گی۔

اسکا تعلق مشتری سے ہے چونکہ یہ سعد اکبر ہے لہٰذا ہر قسم کے کام کا آغاز اس میں کریں انجام انشاء اللہ خیر وخوبی ہوگا۔

ساعت زہرہ میں محبت کے امور اور عملیات اثل کام کرتے ہیں ساعت مریخ نحوائے کبرے منحوس ترین نحس اکبر ساعت ہے اس وقت کوئی بھی کام کا آغاز نہ کیا جائے ورنہ کف افسوس ملتے رہیں گے۔

ساعت زحل میں شفا و علاج خصوصاً درد کا علاج کیا جائے زحل کی ساعت میں درد والی جگہ کو صرف مس کیا جائے تو بغیر کسی استعمال نسخہ کے شفا ہو جاتی ہے۔

تحویل آفتاب نوروز کے عین سعادت وقت میں جو اثر ہوتا ہے وہی اثر نفس قساویہ کے دورانیہ میں بھی ہوتا ہے اس دوران دعا اور بددعا میں خاص الخاص اثر ہوتا ہے۔

شمسی سر مذکر ہے اس کی خاصیت گرم ہے مرد کے مزاج کو بھی گرم جانا جاتا ہے جبکہ قمری سر مونث ہے اس کی خاصیت سرد ہے اس لیئے عورت کے مزاج کو سرد جانا جاتا ہے۔

نکات و عجائبات نفس :-

انسان کے ساتھ چلتے بھی عوارض، رنج و غم اور جھگڑے پیش آتے ہیں تمام تر نفس قساویہ کے دوران اور شمسی سر کے دوران وقوع پذیر ہوتے ہیں اس دوران احتیاط برتی جائے تو ان مصائب سے بچا جاسکتا ہے۔

نفس قساویہ متواتر دو گھنٹے چلے تو یہ اس انسان کی نفس واپسیں ہو گی یعنی آخری سانسیں چل رہی ہیں موت واقع ہوگی آپ بھی مشاہدہ کریں سکرات کے وقت انسان کا نفس قساویہ چلتا ہے قمری سر مسرت کامرانی مال و دولت سے متعلق ہے اس دوران ہمیشہ خوشی و راحت کی توقع ہے۔ بیماریوں سے شفا کے لیے اکسیر ہے نیا چاند طلوع ہو تو صبح کو دیکھیں طلوع شمس کے وقت اگر قمری سر چل رہا ہے تو آپ پندرہ دن کے لیئے بے فکر رہیں آپ ہر طرح سے کامیاب رہیں گے اگر سر برعکس چل رہا ہے یعنی شمسی سر چل رہا ہے تو آپ آئندہ پندرہ دن کے لیے افسردہ اور پریشان رہیں گے۔

اب چندرہ تاریخ کی صبح طلوع آفتاب کے وقت اگر شمسی سر چل رہا ہے تو آپ چندرہ روز کے لیئے بے فکر رہیں آپ کامیابی خوشی اور پر مسرت رہیں گے گر دگر نفس چل رہا ہے یعنی قمری سر تو آپ کے آئندہ چندرہ روز پریشان کن ہوں گے اب آپ کو علم ہے کہ قمساویہ اور شمی سر میں تمام تر مخالفت لڑائی، جھگڑے آلام مصائب غم و غصہ واقع ہوتے ہیں لہٰذا ان اوقات کو نظر خاص میں رکھا جائے جب بھی مزاج میں آپ کی فضول گرمی ہو اور خواہ مخواہ پارہ چڑھ رہا ہو کوئی ناخوشگوار واقعہ ہونے کا اندیشہ ہو تو ایک دم اپنے سر کو تبدیل کرلیں جوں ہی سر بدلے گا پھر سے طبیعت ہشاش بشاش اور پر سکون ہو جائے گی آپ اس نازک وقت میں بہت بڑی پریشانی سے حفظ ماتقدم کے طور پر بچ سکیں گے سر تبدیل کرنا کوئی مشکل کام نہیں اتنا عظیم علم ہے لیکن اس کے باوجود طریقے اور قاعدے نہایت سادہ اور سہل ہیں آپ کو کسی تعویذ عمل دم کی ضرورت نہیں صرف پانچ منٹ میں آپ اپنے سر یعنی نفس کو تبدیل کر سکتے ہیں جب بھی سر بدلنا ہو تو مخالف کروٹ لیٹ جائیں اور منہ بند کر کے سانس ناک سے لینا شروع کریں آپ کا سر آپ کی مرضی کے مطابق منتقل ہو جائے گی فرض کریں آپ کا شمسی سر چل رہا ہے اور آپ نے قمری سر جاری کرنا ہے تو اپنے کروٹ لیٹ جائیں منہ بند کر کے ناک سے سانس لینا شروع کریں پانچ منٹ میں آپ کا سر قمری میں تبدیل ہو جائے گا اس طرح اگر آپ نے شمسی سر جاری کرنا ہے تو اس کے الٹ عمل کریں گے۔

جب بھی صبح کو جاگیں تو آپ دیکھیں کہ کون سا سر چل رہا ہے جو سر چل رہا ہے اسی ہاتھ کے ہتھیلی کو چوم لیں اور ساتھ ہی اس سر سے ایک لمبا سانس لیں یعنی دوسرے نتھنے کو انگلی سے بند کر کے چلتے سر سے لمبا سانس لے لیں اس معمولی عمل سے آپ کا تمام دن خوش و خرم گزرے گا۔

محبوب و معشوق کو سر قمری میں خط لکھیں اس کا نتیجہ عام خط سے موثر ہوتا ہے۔ سات دن وقت صبح سر قمری میں پانی پئیں اور پانی پیتے وقت محبوب کا تصور کریں کہ پانی کے ساتھ محبوب بھی اندر جا رہا ہے پانی اس وقت پیا جائے جب سانس اندر کو لیا جا رہا ہو پانی گھونٹ گھونٹ بھی پی سکتے ہیں ہر گھونٹ لینے کے لیئے بھی سانس اندر کو لینا ہو گا اس سے محبوب تسخیر ہو گا۔

اگر مرد کے سات شمسی سر کسی طرح عورت کے کان میں مارے جائیں تو عورت تسخیر ہو گی یہی عمل سات دن برابر کیا جائے تو محبت اور تسخیر کے لیئے مزید دلشاد عمل ثابت ہو گا۔

بوقت مجامعت مرد کا شمسی سر ہو اور عورت کا قمری سر تو اس مجامعت کا مزہ ذہن میں ہمیشہ رہے گا لذت کے کسی دوا کی ضرورت نہیں بے اولاد جوڑا بھی انہی سروں میں ہم بستری کرے خدا نے چاہا اس عمل سے استقرار حمل ضرور ہو گا اور اس طرح ٹھہرے ہوئے حمل میں اکثر بیٹا پیدا ہوتا ہے۔ ان سروں میں مباشرت، لذت، محبت اور استقرار حمل کا عجیب قدرت پایا جاتا ہے مجرب آسان ہے قدر کریں اگر وظیفہ زوجیت میں حبس دم کیا جائے یعنی سانس روک لیا جائے تو انزال ہرگز ہرگز نہ ہو گا جب تک سانس کو نہ چھوڑا جائے جب تک جی چاہے چلے جائیں یہ آپ کے سانس پر منحصر ہے لاثانی عمل ہے کسی افیون، تعویذ، بام اور معجون کی ضرورت نہیں۔

اگر بوقت مباشرت نفس قمساویہ چل رہا ہو اور حمل ٹھہر جائے تو پیدا ہونے والا مخنث یا درویش ہو گا۔ جس کسی دوست دشمن یا شخص سے اپنی بات منوانی ہو تو اسے اپنے بند سر کی طرف رکھیں جو بات ہو گی تکمیل ہو جائے گی جب کوئی دوا لینی ہو تو قمری سر میں لیں اس سے دوائی مکمل طور پر اثر انداز ہوتی ہے۔

سفر شروع کرتے وقت اگر سر شمسی چل رہا ہے تو سفر خیریت ہوگا قمری سر تکلیف کی نشانی ہے۔ جس کسی کو سانپ بچھو بھڑ یا زہریلا جانور کاٹے تو قمری سر جاری کرادیں موثر بہترین علاج اور دم ہے۔ سانپ کاٹے پر تجربہ شدہ عمل ہے دس گھنٹے میں مکمل آرام و صحت ہو جاتا ہے

حکیم اور ڈاکٹر مریض دیکھتے وقت یا نسخہ لکھتے وقت ہمیشہ شمسی سر میں رہیں اور مریض کو دوائی قمری سر میں لینے کی تاکید کرے دیکھیں کیا شہرت ہوتی ہے شفا کی انشاءاللہ ہر کسی کو آپ کے مطب پر شفا ملے گی۔

عامل حضرات کو چاہیئے کہ بغض و عداوت کے تعویز شمسی سر یا نفس تساویہ میں لکھیں جبکہ قمری سر اور سر ساعت زہرہ میں محبت و تسخیر کے نقوش لکھیں۔ ساعت زحل میں لڑائی جھگڑے اور ساعت مریخ میں مراتب سے گرانے یا تنزلی کے لیئے ساعت مشتری مال و دولت اور بخت کشائی کے لیئے نقوش لکھیں کمال درجہ مجرب حیثیت رکھتے ہیں جس ساعت سے منسوب سانس میں کام کرنا ہو متعلقہ دن بھی اسی ستارے کی ہونی چاہیئے جیسے جمعرات کا مشتری ۔ جمعہ زہرہ۔ ہفتہ زحل۔ اتوار شمس۔ سوموار قمر۔ منگل مریخ۔ بدھ عطارد۔

کبھی ہچکیاں لگیں تو فوراً دونوں کانوں میں انگلیاں ٹھونس دیں کہ کان سے آواز بالکل سنائی نہ دے تو ایک منٹ کے اندر اندر ہچکیاں بند ہو جائیں گی۔

شمسی سر میں کالے گدھے کے کان سے تھوڑا سا خون لیکر کوے کے پر کے اوپر سیدھی جانب چار بار اور الٹی جانب تین بار دشمن کا نام لکھ کر چھوڑ دیں وہ شخص مصائب میں گرفتار و برباد ہو جائے گا یہ عمل کسی ظالم شخص کے لیئے ہے شوق اور تجربہ آپ کو پریشان کرسکتا ہے۔

جب کبھی آپ کو کہیں کام در پیش ہو مقصد ہو لین دین کا معاملہ ہو تو معلوم کریں کہ کونسا سر چل رہا ہے اگر دایاں سر چل رہا ہے اور آپ کا کام مشرق یا شمال میں ہے تو ضرور جائیں آپ کا کام مقصد کے مطابق ہوگا۔ اور اگر بایاں سر جاری ہے تو مغرب یا جنوب کی طرف کام کے لیئے جانا چاہیئے خلاف جائیں گے تو کام نہ ہوگا اگر آپ کو جانا ضروری ہے اور سر خلاف چل رہا ہے تو گھر سے نکل کر ۵ یا ۱۰ قدم متعلقہ سمت میں چلیں پھر اس کے بعد اپنی منزل کو چلیں بہت فرق محسوس کریں گے۔ کام میں پیش رفت ضرور ہوگی تجربہ کرکے دیکھ لیں۔

سانس عناصر کے لحاظ :۔

اربعہ عناصر چار ہیں خاک، آب، آتش، باد جو سانس زمین کی طرف جاری ہو اس شخص کے بارہ انگل کے برابر ہو اس کا تعلق خاک سے ہے اسکا رنگ زرد سے منسوب ہے جو سانس مستوی جاری ہو اس کی لمبائی اس شخص کے دو انگل کے برابر ہوتا ہے اس کا تعلق آب سے ہے اور اسے سفید رنگ سے منسوب قرار دیا گیا ہے۔

جو سانس بہت تیز چلے اور لمبائی اس شخص کے چار انگل کے برابر ہو وہ آتشی ہے اسکا رنگ سرخ سے منسوب ہے جو سانس بے راہ اور ٹیڑھی چلے اور اس کی لمبائی سات انگل برابر اس شخص کے ہو تو یہ بادی ہے اسکا رنگ سبز سے منسوب ہے۔

اگر سانس آبی یا خاکی چل رہی ہو تو فراخی رزق اور خوشی کی علامت ہے آتشی کا جاری ہونا غم و بیماری دکھ کی علامت ہے چلتے کاموں کے خراب ہونے کا اشارہ ہے۔

آپ کسی کمرے میں بیٹھ جائیں جہاں ہوا کا چلنا محسوس نہ ہو اپنے سامنے تھوڑی سی روئی ہلکی ہلکی کرکے بچھا دیں اب آپ اپنے نتھنوں سے سانس لیں سانس مطابق معمول لیں جس طرح انسان عام طور پر سانس لیتا ہے اس سے روئی ہل پڑے گی۔ جس قدر

فاصلے سے روئی ہلے گی اس کو نظر میں رکھیں اور سانس کے اس فاصلے کی پیائش کریں اوسطاً لمبائی بارہ انگل کے برابر ہوتی ہے اگر سانس آٹھ یا دس انگل کے برابر ہے تو ایسا شخص بالکل صحت مند و توانا ہے اس کا ہر عضو جسم بہترین حالت میں ہے درازی عمر کی بھی علامت ہے اگر سانس کی لمبائی پندرہ انگل سے زیادہ ہے تو علامت ہے سخت ترین بیماری مرض کا جس سے روز بروز صحت گر رہی ہے جسقدر سانس کی لمبائی بڑھے گی کمزوری و ضعیفی ہوگی سانس ۲۰ انگل تک پہنچ جائے تو ایسا شخص ضعف کی انتہا پر ہے اور عنقریب مرنے والا ہے اگر کسی شخص کی سانس کی لمبائی ۸ یا ۱۰ انگل سے کم ہو جائے تو انتہائی تندرستی اور اعلیٰ طاقت کی علامت ہے اگر لمبائی سانس ۴ یا ۵ انگل تک لائی جائے تو ایسے شخص کی عمر دو تین سو سال تک بڑھ سکتی ہے۔

سانس سے بیماریوں کا علاج :۔

جو کچھ لکھا جا رہا ہے حیران نہ ہوں نہ ہی مذاق و تمسخر کریں یہ کوئی افسانہ یا بچوں کے لیے کہانی نہیں کسی دن سانس مخالف چلے تو فوراً بدلنا چاہیے جس سے نقصان میں کمی واقع ضرور ہوگی۔ سانس بدلنے سے قسمت کا لکھا تو مٹ نہیں سکتا لیکن علم کے ناطے ازالہ اور چارہ ممکن ہے علم دنیا کی سب سے بڑی طاقت اور دولت ہے کتاب میں بیان شدہ علم النفس کے مشاہدات و تجربات پر بھروسہ نہیں تو چند ایک کو ضرور آزمائیں تاکہ یہ جرات نہ رہے کہ سانس کے کرشموں پر منفی ہونے کا دعویٰ کر سکو۔

(سر درد، تپ، لرزہ، درد شقیقہ یا کوئی بھی دورہ) :۔

جب بھی کسی مریض کو ان درج بالا امراض میں سے کوئی دورہ آتا ہو گا آپ تحقیق کریں تو یہ دورہ ہمیشہ کسی ایک ہی سر میں آتا ہو گا دورہ کے وقت جو سر جاری ہو گا ہمیشہ اسی سر میں دورہ آتا رہے گا اس کے لیے آپ فوراً مریض کے سر کو بدلیں یا دورے کے دوران اس دورے والے سر میں تھوڑی سی روئی ٹھونس دیں تاکہ یہ سر بند ہو جائے ایک دن میں دورہ آنا ختم ہو جائے گا اگر مرض پرانا ہے تو چند ایک دن لگیں گے۔

معدے کی خرابی :۔

نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ "تمام بیماریوں کا گھر معدہ ہے" معدے کو صحیح اور ہمیشہ نظر میں رکھیں تو آپ بیماریوں سے دور رہیں گے کسی کے معدے میں نقص رہتا ہو بد ہضمی، ریاح، تیز کڑوے ڈکاریں آتی ہوں پیٹ میں سے آوازیں آتی ہوں اس کی تحقیق کریں گے تو معلوم ہو گا کہ اس مریض کا دایاں سر ہمیشہ کم چلتا ہے اور قمری سر ہمیشہ زیادہ جاری رہتا ہے اس کے لیے ترکیب و علاج یہ ہے کہ کھانا شمسی سر کے دوران کھایا کریں اگر شمسی سر بند رہتا ہو تو بائیں سر میں (نتھنے میں) روئی رکھ دیں اور کوشش کریں کہ شمسی سر جاری ہو کیونکہ شمی سر کا تعلق شمس سے ہے اور معدے کا تعلق بھی شمس سے ہے اس مطابقت سے دو تین دن میں آپ کو اس علاج اور بازار کی ٹھگ ماری والے علاج میں فرق معلوم ہو جائے گا۔

مصفی خون :۔

جس کسی کے خون میں نقص رہتا ہو، خارش، پھوڑے، پھنسی، چہرے پر دانے خون میں کمزوری، خون میں خرابی ہمہ قسم کی بہت سی دواؤں کے استعمال سے تنگ آچکا ہوا س سے کل شفا کا گر یہ ہے کہ زبان اوپر کے دانتوں کی تہہ میں لگا کر منہ بند کر کے نتھنوں سے لمبا سانس لیں اندر سانس کچھ دیر روک کر دوبارہ نتھنوں سے تیزی کے ساتھ خارج کریں۔ دس منٹ صبح وشام یہ عمل ہوادار یا کھلی فضا میں کیا کریں عشرہ میں ہر طرح کے خون کے نقص سے چھٹکارا مل جاتا ہے چند دوستوں کو یہ عمل آزما چکا ہوں بہترین نتائج کا طریقہ ہے مجھے یقین ہے کہ لگاتار عمل کیا جائے تو جذام، کوڑھ، اور خون کے کینسر کو بھی شکست دینا مشکل نہ ہو گا انشاءاللہ سانس خارج کرتے وقت زبان نیچے کے دانتوں کی تہہ میں لگا دیں منہ بند ہی رہے گا۔

بری عادات وخواہشات سے چھٹکارا :۔

اگر آپ اپنے کسی خواہش یا بری عادت نشہ، شراب، ہیروئین، سگریٹ نوشی یا کسی بھی عادت بد سے تنگ دیر آ چکے ہیں اور اسے چھوڑنے کی حسرت ہے مصمم ارادہ ہے کہ اس گناہ اور خواہش کو چھوڑا جائے تو اس سادہ طریقے پر عمل کریں کہ جب بھی آپ کا شوق وخواہش اس عادت بد کے لئے بیدار ہو کہ نشہ کیا جائے تو آپ فوراً شمسی سر دائیے نتھنے پر انگلی رکھ کر بند کر دیں اور بایاں نتھنا سے لمبا سانس کھینچ لیں اس کے بعد بائیں نتھنے پر انگلی رکھ کر اسی سانس کو دائیں نتھنے سے ایک دم خارج کر دیں اسی طرح دس چند رہبار کریں جب خواہش سر اٹھائے یا تنگ کرے تو یہ معمولی سا عمل کر لیا کریں آپ دیکھیں

گے کہ آپ کا مزاج اس عادت بد کے خلاف ہوتا چلا جائے گا اور آپ کو اس عادت بد سے نفرت ہو جائے گی۔

دائمی سر درد، نزلہ، زکام، کھانسی، قبض، تپ دق، اور امراض ریہ :۔

اگر آپ خدانخواستہ ان بیماریوں میں سے کسی بھی ایک یا بہت کے ہاتھوں پریشان ہیں یا ایسے مریضوں سے واسطہ ہے تو اس کے لیئے ہدایت یہ ہے کہ طلوع شمس کے وقت کھلی اور اونچی جگہ پر مشرق کی طرف منہ کر کے کھڑے ہو کر منہ سے لمبا سانس لیں اتنا لمبا سانس لیں کہ اور مزید کی گنجائش نہ رہے اب منہ بند کریں ناک کے نتھنوں سے تمام سانس کو باہر خارج کریں سانس اس قدر نکالیں کہ آپ کا پیٹ پیچھے جا کر بالکل سٹ جائے اور بالکل چھوٹے سے چھوٹا ہو جائے کم از کم دس چند رہبار یہ عمل دن میں دہرائیں جب تک بیماری سے شفا مکمل نہ ملے اس سانس کی مشق کو جاری رکھیں تندرست انسان بھی اگر یہ عمل کرے تو بے شمار فوائد ملیں گے بیماریوں سے بچا رہے گا امراض معدہ کا کافی وشافی علاج ہے بھوک شدت سے لگتی ہے رنگ سرخ وسفید ہو جاتا ہے مصفی خون بھی ہے آنتوں کو قوت بخشتا ہے دل ودماغ کو قوی کرتا ہے۔ حافظہ تیز ہو جاتا ہے طبیعت ہشاش بشاش رہتی ہے۔

قوت باہ اور جوانی برقرار رکھنا :۔

سانس کو ہمیشہ بند رکھنا انسانی قوت کو بڑھاتا ہے ہمیشہ بند سے مراد سانس لیکر قوت برداشت تک روکنا جب برداشت سے باہر ہو جائے تو خارج کیا جائے اسے حبس دمیا

پرانایام کہتے ہیں علم النفس کی معراج ہے اس مشق کا ایک اور بیان و کرامت آگے ہوگا ایک آسان طریقہ لکھا جا رہا ہے ہمیشہ نتھنوں سے سانس لیکر سانس کو پھیپھڑوں میں قابو کیا جائے اور قابو کیا جائے اور قابو کیا جائے جب تک مزید قابو پر قدرت نہ رہے تو منہ کے ذریعے سے سانس خارج کریں یہ مشق ہمیشہ ہر وقت ہر جگہ کر سکتے ہیں البتہ صبح کا وقت بہترین ہے ہوا دار جگہ پر اس مشق کو کرنے سے انسانی عمر بڑھتی ہے۔ جوانی قائم رہتی ہے بال سیاہ رہتے ہیں۔ اعضائے رئیسہ ہمیشہ جوان اور طاقتور رہتے ہیں۔ دانت، سر، سینہ اور پیٹ کی بیماریوں کے لئے اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔

ہمیشہ صحت و تندرستی :-

آپ جب بھی کھانا کھائیں تو ہمیشہ شمسی سر میں کھائیں اور جب پانی پیتا ہو تو قمری سر میں پئے اور پیشاب پاخانہ بھی قمری سر میں کریں اس عمل کو جاری رکھیں تو کبھی کوئی بھی مرض و بیماری نزدیک نہ آئے گی دائمی صحت اور تندرستی رہے گی امراض آپ کو پہچانے گی بھی نہیں کارآمد طریقہ ہے۔

دیگر تجربات :-

گرم بیماریوں سر درد، حار، شدت پیاس، ضعف جگر حار ہر قسم ورم کے مریض کا شمسی سر بند کرانے سے تین چار دن میں مرض بغیر دوا کے ختم ہو جاتا ہے۔ اس طرح سرد بیماریوں میں قمری سر بند کرانے اور شمسی سر جاری کرانے سے ہر قسم کی سرد بیماری بھاگ جاتی ہے دو سطور میں آپ کو بہت کچھ بتا دیا ہے گرمی و سردی کا مقابلہ بھی ہمیشہ شمسی و

قمری سر سے کیا کریں۔

بدن کی تھکاوٹ اعضاء کی سستی پیاس غصہ میں قمری سر چلانے سے بدن و طبیعت کو سکون مل جاتا ہے۔ ہر نیا کام رض قمری سے منسوب ہے قمری سر بند کر کے شمسی جاری کریں تو آنت ہرگز نہ اترے گی۔

ہاضمے کی خرابی جوف میں درد پیٹ میں درد وغیرہ کی صورت میں شمسی سر کو جاری کریں۔

معدہ پر بوجھ، متلی بد ہضمی ہو تو شمسی سر چلائیں چند منٹ میں حال درست ہوگا اسہال ہو تو سانس بند کرنے کی مشق کریں بار بار کریں فوراً بند ہو جائیں گے۔

بے خوابی کی صورت میں دائیں کروٹ لیٹ کر قمری سر جاری کریں اور آنکھیں بند کر کے مکمل چاند کا تصور کریں چند منٹوں میں خوب نیند آجاتی ہے شمسی سر قاطع نیند ہے دیکھئے داہنے کروٹ سنت رسول ﷺ پر سونے کا ایک عام فائدہ۔ سخت سردی لگ جائے حار کے لئے بدن پر پسینہ لانا لازمی مقصود ہو تو لیٹے لیٹے شمسی کو جاری کریں اور پندرہ بیس منٹ سانس روکنے کا مشق حبس دم کریں پسینے سے شرابور ہو جائیں گے۔

بیماری سے شفا کب ہوگی؟

اگر کوئی آپ سے سوال کرے کہ بیماری سے شفاء کب ہوگی۔ تو سوال کرتے وقت اگر سائل یا مریض کا شمسی سر جاری ہو تو جلد شفاء ہوگی اگر آپکا یعنی عامل کا سر بھی شمسی ہے تو عنقریب شفاء ہوگی اور اگر عامل کا قمری سر ہے تو صحت دیر سے ہوگی اگر دونوں کا قمری چل رہا ہے تو شفاء کی امید کم ہے نفس قساوہ یہ خطرناک اور جان لیوا ہے۔

ہر مرض اور بیماری کا حیرت انگیز عمل اطباء کے لئے انمول تحفہ :۔

روحانی علوم کی طرح حکمت طب ایلوپیتھک ہومیوپیتھک اور ہر طریقہ علاج میں ہر معالج اس امر کا شائق و متلاشی پایا جاتا ہے کہ کوئی ایسا نسخہ ، ٹوٹکہ ، تحریا طریقہ علاج ہو جو ہر طرح کے مریض کے لئے شفاء عامت ہو جائے یہ انسانی فطرت ہے کہ وہ خوب سے خوب تر اور آسان تر کی تلاش میں اپنی زندگی گزارتا ہے میں ہر طریقہ علاج کے ماہرین اور معالجین کی خدمت میں دعوے کے ساتھ یہ عمل طریقہ علاج پیش کرتا ہوں کہ ہمہ قسم کے بیماریوں پر استعمال کیا جاسکتا ہے ساتھ ہی یہ بھی دعویٰ ہے کہ یہ عمل کسی بھی ماہر علم النفس یا کسی اور کے پاس نہیں۔ اس خاص الخاص نایاب ترین موثر ترین اور انمول عمل کا انکشاف بھی مجھ پر روحانی باپ علامہ شاد گیلانی مرحوم نے کیا جن کی شفاء حق و حکمت کی ہر طرف دھوم مچی ہوئی تھی۔ آج میں یقینی شفاء (انشاء اللہ) کو نظر معالجین ہر عام و خاص کرتا ہوں کہ بھرپور فوائد حاصل کریں ہر مقام اور مریض پر استعمال کریں دکھی انسانیت کی خدمت کا بہتر طریقہ ہے۔

عمل :

مریض کو سامنے بٹھا کر اول درود شریف پڑھیں پھر الہد پڑھیں۔

ھو الشافی ھو الشفاء قول امام موسے رضا

اب آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ مریض کا مرض اپنے اندر کھینچ رہا ہوں اور ساتھ ہی سانس اندر کھینچنا شروع کریں اس کے بعد لمحہ بعد اب سانس آہستہ آہستہ باہر نکالیں اور یہ تصور کریں کہ اپنے اندر کھینچا ہوا مرض باہر پھینک رہا ہوں یہ عمل کم از کم اول

کریں شروع میں ۳۔ ۴ مریضوں پر تجربہ میں گھبراہٹ یا کم اثر ہو تو بالکل نہ گھبرائیں چند مریضوں پر عمل کرنے سے قابو ہو جاتا ہے اتنا عظیم عمل ہے اتنے آسان طریقے سے امراض کو کھینچا جاسکے تو محنت ضروری ہے تصور کامل اور یقین سے قابو ہو جاتا ہے اس عمل پر مکمل قابو اور قدرت کے بعد صرف مریض کی تصویر کام دے گی تصویر سامنے رکھ کر اسی اصول سے عمل کریں تو مریض کا مرض نکل آتا ہے چاہے مریض سینکڑوں میل دور ہی کیوں نہ ہو آخر میں الہد پھر درود شریف پڑھیں بغیر ، دوا، نسخہ اور ٹوٹکہ اور پرہیز کے ایسا عمل ملنا بہت ہی مشکل ہے اور اس قدر آسان کہ ہر کوئی کرسکے اور ہر جگہ و مقام پر کرسکے شفاء ہے تو اسی میں ہے علاج ہے تو یہی ہے نسخہ مجرب ہے تو یہی ہے دعا ہے تو یہی ہے اس عمل کی قدر نہ کرنا کفران نعمت ہے۔

درد کا علاج :۔

بچھو اور بھڑ کاٹنے کے علاوہ درد سر اور ہر قسم کے درد کے لئے علاج ہے۔ تین بار مقام درد پر لکھیں ۔ (**لیعذبھم**) اس کے بعد حبس دم کر کے سانس روک کر تین بار لکھیں پھر تین بار پڑھ کر دم کریں درد اپنی جگہ سے بھاگ جائے گا۔

سوال کا جواب بذریعہ علم النفس :۔

علم النفس کے ذریعے سوال کا جواب دینے کے لئے ماہر سانس کو کھلی جگہ بیٹھنا چاہئے جہاں سائل آسانی سے آجاسکیں اگر سائل جاری سر کی جانب سے آئے اور اس سر کی طرف بیٹھ جائے تو اس کے سوال کا جواب سائل کے حق میں ہوگا یعنی کام ہوگا اور اگر

سائل بند سر یعنی بچے سر کی طرف سے آیا اور اسی جانب بیٹھ گیا تو سوال کا جواب نفی میں ہوگا یعنی سائل کا کام نہ ہوگا۔

ایک اور قاعدہ :

جب سائل سوال کرے تو سائل کے نام سوال اور متعلقہ دن کے حروف شمار کرو اب اگر حروف جفت ہوں اور سر آپ کا شمسی چل رہا ہے یا حروف طاق ہیں اور سر قمری چل رہا ہے تو سائل کے سوال کا جواب نفی میں دیں سائل کو ناکامی ہوگی اور اگر حروف طاق ہوں اور آپ کا سر شمسی چل رہا ہے حروف جفت ہیں اور آپ کا سر قمری چل رہا ہے تو سائل کو کامیابی کی بشارت دے دیں اگر نفس متساویہ چل رہا ہے تو کامیابی دیر سے ہونے کی شرط لگا دیں۔

فتح یا شکست کسے ہوگی؟

مقابلے کے وقت جس حریف یا فریق کا شمسی سر ہوگا اسے فتح ہوگی اور اگر دونوں کا شمسی سر ہوگا تو جو کوئی گھر سے پہلے نکلا ہوگا اسے فتح ہوگی قمری سر والے کو شکست ہوتی ہے۔

لڑکا ہوگا یا لڑکی :۔

سوال کرنے والے کا اگر سانس شمسی سر ہوگا تو لڑکا قمری چل رہا ہو تو لڑکی انشاء

اللہ پیدا ہوگی۔ اگر عامل کا سر بھی شمسی اور سائل کا بھی شمسی ہو تو ایسے میں ضرور اور ضرور انشاء اللہ لڑکا پیدا ہوگا۔ اسی طرح دونوں کے قمری سروں میں انشاء اللہ ضرور اور ضرور مہ جبیں پیدا ہوگی۔

محبت و تسخیر کا نفسی عمل :۔

شروع کے اوراق میں ستاروں کے ساتھ منسوب سانس کا بیان ہو چکا ہے اس عمل کا تعلق سانس زہرہ سے ہے جو کہ ۲۴ منٹ کے لئے ہوتا ہے صرف اس وقت اور ساعت کو نگاہ میں لائیں یعنی اس ساعت زہرہ یعنی سانس زہرہ میں مغرب کی طرف منہ کرکے پالتھی مار کر بیٹھ جائیں اب جس کسی کو تسخیر و تابع کرنا ہو اس کا تصور اپنے خشوع و خضوع کے ساتھ کریں کہ گویا مطلوب کا شکل و صورت آنکھوں کے سامنے کھڑا ہے اب قمری سر کو اندر کی طرف کھینچیں اور ساتھ ہی ساتھ تصور رہے کہ اس سانس کے ذریعے مطلوب کو اندر کھینچ لیا ہے اور دل میں اتر گیا ہے۔ بس یہی عمل ساعت زہرہ یعنی ۲۴ منٹ جاری رکھیں جب تک نفس متساویہ جاری ہو کم از کم تین دن یہ عمل کریں مطلوب کا اس عمل کے اثر سے بچنا مشکل ہے کھنچ کر آئے گا اس عمل بے پناہ سے متاثر ہوئے بغیر کوئی نہیں رہ سکتا یکسوئی اور ساعت زہرہ کا ہونا ضروری ہے۔

جذب القلوب کا نادرہ روزگار عمل :

جو عمل نوک قلم کر رہا ہوں میرے روحانی باپ" کو ہندوستان کے مشہور ماہر علوم فلکیات جناب شفق رام پوری مرحوم نے عنایت کیا تھا جو کہ ان کا مجرب عمل ہے

میرے روحانی باپ کا بھی دس بارہ جگہوں پر آزمودہ اور تجربہ شدہ عمل ہے ان کا کہنا ہے کہ اکسیر ہے تو یہ ہے جادو ہے تو یہ ہے عمل ہے تو یہ ہے اور اگر کسی عمل میں اثر ہے تو اس میں ہے محبت کیلئے روئے زمین پر اس سے بہتر عمل دیکھا نہ سنا ہوگا لاکھوں میں سے انتخاب ہے دنیا میں ایک عجوبے سے کم نہیں علم النفس کے ماہرین نے عجیب طرح سے ترتیب دیا ہے۔

سانس کی عام طور پر تین قسمیں ہیں۔

شمسی قمری اور متساویہ

اس لحاظ سے اعداد کی بھی تین قسمیں ہیں۔

ایک ایسے اعداد جن کا نصف آسانی سے ہوتا چلا جائے مثلاً ۱۶ نصف ۸ نصف ۴ نصف ۲ نصف ۱

دوسرے ایسے اعداد جن کا نصف ایک بار ہو سکے اور کے بعد پھر اس کا نصف نہ ہو سکے

مثلاً ۱۸ نصف ۹، ۱۰ نصف ۵، ۱۴ نصف ۷

تیسرے ایسے اعداد جن کا نصف نہ ہو سکے مثلاً ۵، ۷، ۹، ۱۱، ۱۳ وغیرہ

ایسے اعداد متساویہ اعداد کہلاتے ہیں۔

اب آپ نے جس کو تسخیر کرنا ہو اس کے نام معہ والدہ کے اور اپنے نام معہ والدہ کے اعداد حساب ابجد قمری اس وقت جمع کرو جب آپ کا قمری سر جاری ہو اب حاصل جمع کے اعداد کا استحاق کریں۔

مثال کل جمع شدہ اعداد ۲۳۲۹ اس کا استحاق کیا ۹ جمع ۲ جمع ۳ جمع ۲ ۱۶ ہے

۱۶ عدد قمری ہے کیونکہ اس کا نصف ۱۶ ۔ ۸ ۔ ۴ ۔ ۲ ۔ ۱ اگر اعداد استحاق کرنے پر شمسی اعداد اخذ ہوں تو عمل نہ کریں اس طرح مطلوب کا آنا مشکل کام ہے عمل ہو گا تو اثر کم ہو گا حاضری نہ ہو گی اس کا میعاد تین ہفتے ہے اگر استحاق کرنے پر عدد متساویہ آئے تو عمل کارگر ہو گا اور مطلوب یا محبوب دو ہفتے کے اندر حاضر ہو گا۔ استحاق کرنے پر اعداد قمری آئے تو عمل ایک ہفتہ کے اندر اندر اپنی قوت سے محبوب کو پاگل کر کے حاضر کر دے گا متساویہ اور قمری میں عمل کی قوت کشش سے مطلوب آجاتا ہے شمسی میں بھی اثر ہو جاتا ہے مطلوب حاضر نہیں ہوتا الفت ہو جاتی ہے۔

اب آپ نے اپنے اور مطلوب معہ والدین کے اسماء کے جو اعداد حاصل کئے ہیں انہی اعداد کے مطابق سورۃ یوسف میں سے ایک آیت ہم عدد اخذ کریں۔

اب بعد نماز عشاء رات کو تنہائی میں یکسوئی کے ساتھ اعداد قمری یا متساویہ ہیں تو پالتھی مار کر منہ مغرب کی جانب کر کے مصلے پر بیٹھ جائیں شمسی اعداد کی صورت میں دوزانو ہو کر مشرق کی طرف منہ کر کے بیٹھ جائیں اب سانس لیں اور بند کریں یعنی حبس دم کریں اس دوران حبس دم میں اخذ شدہ آیت پڑھیں جتنی دیر آپ سانس روک سکتے ہیں تب تک پڑھتے جائیں اب جب سانس گرفت سے باہر ہو تو سانس خارج کریں پھر اس طرح سے کریں۔ اس طرح کم از کم ۳۲ بتیس بار کریں ۔ سورج مشرق کی جائے مغرب سے طلوع ہو سکتا ہے مگر اس عمل کے اثر میں نقص نہیں ہو سکتا متعلقہ مخصوص دنوں میں آپ کا مطلوب دیوانہ وار حاضر ہو گا۔

ابجد قمری معہ قیمت

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧
ا	ب	ج	د	ھ	و	ز

٨	٩	١٠	٢٠	٣٠
ح	ط	ی	ک	ل

٤٠	٥٠	٦٠	٧٠	٨٠	٩٠
م	ن	س	ع	ف	ص

١٠٠	٢٠٠	٣٠٠	٤٠٠	٥٠٠
ق	ر	ش	ت	ث

٦٠٠	٧٠٠	٨٠٠	٩٠٠	١٠٠٠
خ	ذ	ض	ظ	غ

اعداد حاصل کرنیکا طریقہ :۔

مثال :۔ عرض بیگی

ع	ر	ض	ب	ی	ک	ی	
٧٠	٢٠٠	٨٠٠	٢	١٠	٢٠	١٠	١١١٢

یہ اعداد صرف ایک نام کے دیئے گئے ہیں ان میں والدہ مطلوب معہ والدہ کے جمع ہونگے۔ اسی طرح قرآن مجید میں سورۃ یوسف کی آیتوں کے اعداد نکال سکتے ہیں۔

حبس دم یا پرانا یام :۔

یوگا اور یوگا کی یکسوئی کو جس چیز پر ناز ہے وہ حبس دم ہے حبس دم پر علم النفس کو بھی فخر ہے یوگا میں حبس دم اطمینان قلب کے لئے کافی سمجھا جاتا ہے۔ حبس دم سے طبیعت کو ایسی تازگی، سکون و راحت، طمانیت، اور سرور ملتا ہے کہ انسان باربار چاہتا ہے کہ سانس لیا ہی نہ جائے کیونکہ اس میں غیر معمولی قوت زندگی مضمر ہے آدمی ہر طرح کے غم والم سے دور ہو جاتا ہے برائیوں سے نفرت اور نیکی سے رغبت گناہ اور بد سے بیزار اور پرہیز ہو جاتا ہے حبس دم کا عامل عمر دراز مضبوط و توانا ہوتا ہے۔ اس عمل کو جاری رکھا جائے تو انسان کی عمر سینکڑوں برس تک ہو سکتی ہے۔

یہ کوئی شرعی یا اختلاف کی بات بھی نہیں کیونکہ اللہ تعالیٰ نے انسانی حیات سانس کے تعداد پر مقرر کی ہے۔ اسی لئے ارشاد ربانی ہے "کل نفس ذائقۃ الموت" ہر نفس کو موت کا ذائقہ چکھنا ہوگا سانس لے کر اور اندر روکے رکھنا حبس دم ہے اب جسقدر زیادہ دیر سانس کو روکا جائے گا اتنا ہی فائدہ ہے ہندو، بدھ مت منگول طبقہ نسل میں اکثریت اسے شہنشاہ سانس گردانتے ہیں اور کیوں نہ ہو یہ عمل انسانی حیات اور جسم کے

لئے ہر کارو ہے اس کے صرف فوائد بیان کرنے پر ضخیم کتاب لکھی جائے تو کم ہے ارتکاز توجہ کے لئے کمال کا درجہ رکھتی ہے کیونکہ یکسوئی کے مشقوں میں آپ توجہ قائم رکھنے کی خود کوشش کرتے ہیں جبکہ حبس دم میں مشق وریاضت آپ کو یکسوئی و توجہ ایک نکتہ پر خود قائم رکھنے پر مجبور کرتا ہے ۔ کتاب ہاتھ میں لئے ابھی ابھی آپ اس صداقت کو پرکھ سکتے ہیں۔ حبس دم سے بیماریاں کوسوں دور بھاگتی ہیں مضر صحت جراثیم ان کے نام سے ڈرتے ہیں اندرونی و بیرونی نظام انسانی توانا و تندرست رہتا ہے قلبی و ذہنی سکون حاصل ہونے سے انسان ہمیشہ ہلکا پھلکا اور تروتازہ طبیعت کے ساتھ رہتا ہے۔ چہرہ سرخ و سفید جسم مضبوط ہو جاتا ہے معدہ دواؤں کا محتاج نہیں رہتا۔

کمال حبس دم :۔

حبس دم کے معنی سانس کو قید کرنا کے ہیں۔ حبس دم میں سانس کو آہستہ آہستہ میٹھی گولیوں کی طرح چوسا جائے سانس کے ساتھ زور اور جھٹکوں کو استعمال نہ کریں۔ جب آپ نے سانس آہستہ آہستہ اندر کھینچا اور اس قدر سانس کھینچا کہ مزید کی گنجائش نہیں تو اسے قید کرلیں یعنی ضبط کرلیں بڑے سکون اور اطمینان کے ساتھ جب ضبط پر قدرت نہ رہے سانس کو باہر خارج کرنا شروع کریں آہستہ آہستہ سانس باہر کو نکالیں اب طبیعت کو سنبھلنے دیں چند لمحے انتظار کے بعد سانس کو بڑے سکون شوق و ذوق ریاضت اور آہستگی کے ساتھ پھر اندر کھینچنا شروع کریں پھر قابو میں رکھیں منہ بند رکھیں۔ پھر بے اختیار ہونے سے پہلے آہستہ آہستہ باہر نکالیں۔

آہستہ آہستہ درجہ بدرجہ سانس کو قید کرنے روکنے کے وقفے کو بڑھاتے جائیں

شروع میں آپ کو مشق وریاضت ایک جبری مشقت کی طرح محسوس ہوگا لیکن جوں جوں آپ قوت ارادی کے ساتھ بڑھیں گے تو ریاضت سے اور مشق ہر وقت کرنے کو جی چاہے گا جب آپ کو سانس کی اس مشق سے لطف آنا شروع ہوگا تو طبیعت کے گا کہ سانس لے کر چھوڑا ہی نہ جائے بس اسی سکون میں غرق ہوں آپ سانس روکنے کے وقفے کو جتنا چاہے بڑھا سکتے ہیں دنیا میں لوگ ہیں جو گھنٹہ گھنٹہ سانس نہیں لیتے یوگا میں یہ چیز عام ہے دو ماہ کی ریاضت سے ناچیز نے دس منٹ تک سانس روکنے پر قدرت حاصل کیا مصروفیت کے باعث جاری نہ رکھ سکا کسرت اور کھیل سے متعلق کھلاڑی کے لئے سانس پر عبور حاصل کرنا بازیچہ اطفال ہوتا ہے غیر مذاہب میں یہی چیز معراج روحیت گردانا جاتا ہے اسی مشق وریاضت سے لطیفہ نفس یعنی باطنی شخصیت بیدار ہو جاتی ہے یہ باطنی مثالی شخصیت ہر انسان میں موجود ہے جو ظاہری شخصیت سے ارفع و اعلیٰ اور قوی تر ہے۔ اسے آکلٹ سائنس میں INER SLEF یا ASTRAL BODY کہتے ہیں اس کا مظاہرہ عام شخص خواب کی حالت میں خوب کرتا ہے ہم جو خواب کے عالم میں غیر ملک پہنچ جاتے ہیں ظاہری حواس خمسہ کے بغیر چیزوں کو دیکھ و چھو سکتے ہیں سن سکتے کھا سکتے ہیں خوشبو کا احساس کرسکتے ہیں لذیذ و شیریں کھانوں کے ذائقے تک محسوس کرلیتے ہیں یہ کیا ہے ؟آپ تو بستر پر موت کی بہن نیند میں ہوتے ہیں یہ کام اسی باطنی شخصیت کا ہے جو کہ اکثر ہمارے حالت خواب میں بیدار ہو جاتی ہے اس شخصیت کو خواب کے بغیر جسم سے نکال کر باہر سیر کرانا غیر مذاہب میں روحیت کی انتہا ہے جب کہ اسلام کی روحانیت میں یہ مقام اول ہے فقراء و صوفیاء کرام اور اولیاء اللہ کی نظر میں یہ پہلی سیڑھی ہے چھ مزید سیڑھیاں ہیں دیگر مذاہب نے اپنے تجربات کو کھلے عام دھڑا دھڑ پیش کئے اور دنیا کو رعب واثر دیا صرف اپنے ظاہری جسم سے باطنی شخصیت کو باہر نکال کر دھندورا پیار روحیت کے

معمولی درجے کی تعریفوں میں زمین و آسمان کے قلابے ملائے لیکن کیا یہ میرے اسلاف اور بزرگوں کی طرح

ہوا میں اڑ سکتے ہیں ؟

آگ میں سے گزر سکتے ہیں ؟

پانی پر چل سکتے ہیں ؟

آنکھ جھپکنے میں مقام تبدیل کر سکتے ہیں ؟

اپنی شکل سے کسی اور شکل میں آسکتے ہیں ؟

جنات کو قبضہ کر سکتے ہیں ؟

بے جان چیزوں کو اڑا سکتے ہیں ؟

یقیناً ان کا جواب اور کام ہر گز ہر گز نہیں ہو گا۔

مگر ساتھ ہی افسوس اور انتہائی دکھ کے ساتھ لکھنا پڑ رہا ہے کہ یہ خرق العادات مظاہرے آج ہم سے بھی کوئی نہیں کر سکتا اور نہ ہی کر دکھانے کی ہمت ہے یہ محض پرانے قصے بن چکے ہیں۔ ہمارا ماضی اور تاریخ خرق العادات مظاہروں کرامتوں سے بھرا پڑا ہے لیکن آج حال میں کوئی نہیں جو اہل یورپ، غیر مذاہب کے تجربات تحقی و معمولی علم کو مات دے سکے ہم امت محمدی ﷺ کلمہ گو صرف روزی کمانے کے لئے رہ گئے ہیں اور ہمارا سارا چکر بھی یہی ہے۔

اگر اس علم کو عام کیا جائے ان مظاہروں اور کرامتوں کو عوام و خواص میں اس درس و تلقین کے ساتھ پیش کیا جائے کہ کوئی کچھ نہیں ہوتا یہ صرف اللہ کی طرف سے ایک علم ہے تو کتنی گمراہ آنکھیں درست ہو جائیں گی اسلاف اور مشہور روحانی ہستیوں کا زمانہ روشن ہے ان

مبارک ہستیوں کے ہاتھوں کتنے انسان جوق در جوق مسلمان ہوئے لیکن آج یہ چیز دیکھنے کو آنکھیں ترستی ہیں ہم یہ نہیں کہتے کہ ہر کس و ناکس کو تعلیم روحانیت جس سے خرق العادات مظاہرے ہو سکیں دی جائے لیکن قابلیت، اہلیت، برداشت شوق اور جذب کرنے کی صلاحیت رکھنے والے حقلاشان روحانیت کو روحانیت کا درس خاص دیا جائے اس کے باوجود بھی کوئی اسلامی روحانیت کو سینہ میں دبائے رکھتا ہے تو لوگوں کی زبان کو کوئی نہیں روک سکتا اور جو لوگوں کی زبان ہو گی وہی حقیقت ہو گی کیوں کہ "زبان خلق نقارہ خدا است" روحانیت کی تعلیم پوشیدہ رکھنے کا جواز نہ بتایا گیا حیل و حجت سے کام لیا گیا تو ان حضرات کو بھی صرف ان مسلمانوں میں شمار کیا جائے گا جو صرف بچے پیدا کرتے ہیں۔ اور اصل چیزوں میں ملاوٹ کرتے ہیں اور جنھوں نے اصل و نقل کا فرق مٹا دیا ہے اللہ اللہ خیر سلا۔

مراقبہ سیر و سفر

اس امر کا ذکر ہو چکا کہ حبس دم کی ریاضت سے انسان اپنے اندر کی باطنی شخصیت کو بیدار کر سکتا ہے اور اسے باہر نکال کر اپنی مرضی کا سیر و سفر کرا سکتا ہے لیکن اس کے لئے ضروری ہے کہ آپ سانس کو روکنے پر ۵ منٹ کی قدرت رکھتے ہوں جب آپ کو حبس دم پر کم از کم پانچ منٹ تک قابو رکھنے کا مشق ہو گا تو آپ کے لئے ASTRAL BODY نکالنا کوئی جوئے شیر لانا نہیں ہو گا اب آپ بھی اندر کی شخصیت INERSELF کو نکال کر گھوما پھرا سکیں گے جب کہ آپ کا جسم آپ کے کمرے میں پڑا ہو گا یہ کوئی جن بھوت کی کہانی نہیں حقیقت ہے مجھے جتنا علم علیم نے دیا ہے بے دریغ لوٹا رہا ہوں ایسی تعلیم لوگوں

کوبر سوں کی خدمت کے بدلے ملتی ہے لیکن مجھے لوگوں کی نفسیات سے کھیلنے کا شوق نہیں لوگوں کی زندگی کا استحصال آتا نہیں جنہیں علم سے محبت ہے مجھے ان سے محبت ہے محبت کو نبھانے اور اسے پھیلا دینے کی حقیر کوشش کر رہا ہوں۔

اب چونکہ آپ کی یکسوئی بھی غیر معمولی ہو چکی ہے اور حبس دم کی مشق نے مزید یکسوئی میں غرق کر دیا ہے اب آپ تصوراتی قدموں سے چل پھر سکتے ہیں باطنی شخصیت کو جہاں چاہیں لے جائیں اس کا عمل کچھ یوں ہے کہ تنہائی اور خاموشی کے وقت اس کے لئے رات کا وقت انسب رہتا ہے آرام دہ حالت میں لیٹ جائیں منہ آسمان کی طرف ہو آنکھیں بند کر کے اب تین چار بار گہرے گہرے آہستہ آہستہ سانس لیں اس کے بعد سکون کے ساتھ پانچ منٹ کے لئے حبس دم کریں اب اپنے پورے جسم کا تصور کریں باطنی آنکھ کے ساتھ یعنی جیسے آپ باطنی بصارت سے سر سے پاؤں تک اپنے آپ کو دیکھ رہے ہیں ساتھ ہی آگے کیلئے طریقہ کار اور جسم سے باطنی شخصیت کو نکالنے کے لئے میں اپنے روحانی باپ علامہ شاد گیلانی کا بیان کردہ مضمون جو کہ کسی روحانی رسالہ میں بھی چھپ چکا تھا من و عن بیان کرتا ہوں تاکہ کتاب کو شرف کے علاوہ روحانی باپ کی زبانی آپ کو ناقابل فراموش سبق دے سکوں۔

اکتوبر کا مہینہ۔ ایک ٹھنڈی رات اور میں اپنے گھر کے کھلے صحن میں چارپائی پر لیٹ کر سونے کی تیاری میں تھا۔ بال بچوں کی چارپائیاں قریب قریب تھیں مجھے خیال آیا کہ کیوں نہ مراقبہ سیر کی مشق شروع کر دوں۔ بچوں کے سو جانے کے بعد گھر بھر میں مطلقاً خاموشی چھائی تھی۔ میں نے آنکھیں بند کر کے ایک لمبا سانس کھینچا حبس دم کر دیا دو منٹ تک سانس روکنے کے بعد پھر آہستہ آہستہ سانس باہر نکال دیا۔

پاؤں پھیلا کر سویا تھا تصور کیا کہ میرے دونوں پاؤں سرد ہو چکے ہیں بالکل سرد۔

ان میں سکت باقی نہیں رہی۔ ان میں اتنی قوت بھی نہیں رہی کہ حرکت میں آجائیں ان میں سوئی چبھو دوں تو درد تک نہ ہو۔ تصور کی گہرائی میں ڈوب چکا تھا لہذا پاؤں سچ مچ سن ہو چکے تھے تصوری میں دہرایا کہ یہ سنسناہٹ اب بدن کے اوپر چڑھ رہی ہے۔ گھٹنوں تک بدن سن ہے اب ران اور کولہوں تک سنسناہٹ آچکی ہے سنسناہٹ پیٹ میں محسوس ہو رہی ہے۔ سینے تک آئی ہے۔ ہاتھ سن ہو چکے ہیں میرا پورا جسم سو چکا ہے۔ مگر ذہن جاگ رہا ہے میں اپنے جسم کو حرکت نہیں دے سکتا اور یہ تصوراتی پختگی اختیار کر گیا کہ سچ مچ میرا پورا جسم خیالاتی فالج میں مبتلا ہو گیا تھا اب مشق شروع کی۔ میرا جسم مجھے نظر آ رہا ہے پورا جسم۔ یہ میرا سر ہے۔ اس کے نیچے سینہ، پیٹ، ران، پنڈلی، پورا شاد گیلانی، ہو بہو شاد گیلانی اس شاد گیلانی اور اس شاد گیلانی میں مو برابر فرق نہیں۔

لیجئے میں اپنے جسم سے بالکل الگ ہو کر چارپائی پر کھڑا ہو گیا چارپائی سے اتروں؟ ہاں ضرور۔ جوتے کی کھنک محسوس ہو رہی تھی۔ چارپائی سے اٹھنے کے باعث چارپائی کی چولوں میں چرچراہٹ کی آواز بھی آ رہی تھی کہ اچانک پڑوسی کا کتا زور سے بھونکا۔ میں تصوراتی نیند سے اچانک چونک اٹھا۔ ذہن ایک گہری مشق میں ڈوب چکا تھا۔ کتے کے بھونک نے اسے جھنجھوڑ کر بیدار کر دیا۔ مگر ابھی جسم تصوراتی فالج میں مبتلا تھا۔ اس لئے اسے جگانا بھی ضروری تھا اپنے آپ سے خطاب کیا کہ میرے سینے میں زندگی دوڑ رہی ہے۔ ہاتھوں میں حرکت آچکی ہے۔ اور زندگی کی یہ رمق نچلے بدن کی طرف سرعت سے دوڑ رہی ہے۔ ران پنڈلیوں اور پاؤں میں خون کی حرکت تیز ہو گئی ہے۔ لیجئے میرے سامنے بدن میں پھر روح زندگی کا کام کرنے لگ گئی۔ میں تصوراتی فالج سے باہر نکل آیا۔ میں نے کروٹ بدلی اور کلمہ شریف پڑھ کر سو گیا۔

"دوسری رات" انتہائی سکون کے عالم میں بستر پر لیٹ گیا حبس دم کرنے کے

بعد تصور یہ کیا کہ میں چارپائی سے اٹھ کر بیٹھ گیا ہوں۔ پاؤں لٹکائے بیٹھا ہوں اور جوتا پہن رہا ہوں۔ جوتے مجھے چارپائی کے نیچے پڑے ہوئے صاف نظر آ رہے تھے۔ میں نے دونوں پاؤں میں جوتے پہن لیے لیجئے۔ تصور کے عالم میں میں چارپائی سے اٹھ کھڑا ہوا۔ صحن میں تصوراتی آنکھوں سے چاروں طرف دیکھا سب افراد خانہ گہری نیند سو رہے تھے میں تصوراتی قدموں سے آہستہ آہستہ چلتا ہوں صحن کی لمبائی کو عبور کر کے گھر کے دروازے پر پہنچا تصوراتی ہاتھ نے دروازہ کی کنڈی کھولی۔ دروازہ کھلا میں آہستہ آہستہ قدم بڑھاتا ہوا گلی میں داخل ہو گیا۔ تصوراتی ہاتھ نے کھلے دروازے کے پٹ پھر بند کر دیے گلی مشرق کی طرف کھلتی ہے۔ میں نے تصوراتی آنکھوں سے فضاء کو دیکھا چاند آسمان پر چمک رہا تھا اور گلی میں چاندنی چٹکی ہوئی تھی۔ دیوار کا سایہ واضح طور پر نظر آ رہا تھا اور میں نے چلنا شروع کیا تصوراتی قدم آہستہ آہستہ بڑھ رہے ہیں۔ انیس شیرازی صاحب کے مکان کے دروازے پر پہنچ گیا دروازہ بند تھا۔ میرا تصوراتی ہاتھ بھائی انیس شیرازی کے دروازے کی کنڈی کی طرف بڑھا اور کنڈی کو میں نے زور زور سے کھٹکھٹانا شروع کر دیا۔ آواز صاف طور پر میرے کانوں میں آ رہی تھی اور میرا تصوراتی ہاتھ متواتر کنڈی کھٹکھٹا رہا تھا کہ اتنے میں اندر سے انیس شیرازی نے آواز دی کون ہے بھائی؟ میرے تصوراتی جسم نے اس سوال کا کوئی جواب نہیں دیا "میں انیس صاحب کے دروازے پر کھڑا تھا مگر حقیقت میں اپنے بستر پر مراقبہ کی حالت میں تھا اور اپنے بستر پر پڑے ہوئے بھی میں جناب انیس شیرازی کی کنڈی کھٹکھٹا رہا تھا اور ان کی آواز کو واضح طور پر سن بھی رہا تھا۔ میں نے انیس صاحب کے کھٹکھٹانے کی آواز کو واضح طور پر سن بھی رہا تھا۔ میں نے انیس صاحب کے کھٹکھٹانے کی آواز سنی وہ دروازہ پر آئے تو ان کے قدموں کی چاپ بھی سنی۔ انہوں نے دروازہ کھولا میں ان کو واضح طور پر دیکھ رہا تھا اور وہ دروازہ سے سر باہر نکالے ادھر ادھر تجسس بھری نگاہ

سے دیکھ رہے تھے کہ کس نے کنڈی کھٹکھٹائی ہے؟ مگر میرا تصوراتی بدن ان کو نظر نہ آسکتا تھا اس لئے وہ حیرت کے عالم میں ادھر ادھر دیکھ رہے تھے اور جب کسی شخص کو نہ دیکھ سکے اور بات ان کی سمجھ نہ آسکی تو زور سے انہوں نے دروازہ بند کر دیا اور اونچی آواز سے پڑھا

-

لاحول ولا قوۃ الا باللہ۔ ان کے دروازہ بند کرنے اور لاحول پڑھنے سے میرے تصوراتی بدن نے ایک جھنجھناہٹ محسوس کی اور میں کالوس کے مریض کی طرح بلبلا کر بستر پر اپنے جسم مادی میں پھر واپس آ گیا۔

یکدم آنکھ کھلنے کے باعث اٹھنے کی کوشش کی مگر چونکہ جسم پر عارضی فالجی اثرات قائم کر کے مراقبہ کیا تھا۔ اس لئے اٹھ نہ سکا۔ ذہن نے فوراً مشورہ دیا کہ فالجی اثرات دور کرنے کے لئے جسم کو ہدایت دی جائے۔ سابقہ طریق کے مطابق میں نے ہدایت دے کر اپنے خوابیدہ اعضاء کو بیدار کر دیا۔

یہ تھا روحانی باپ کا تجربہ ان کی زبانی باطنی شخصیت کو باہر نکالنے کے لئے انتہائی توجہ کی ضرورت ہوتی ہے آپ کا تخیل لمحہ کے لئے یہ محسوس نہ کرے کہ آپ بستر پر پڑے ہوئے ہیں۔ کیونکہ آپ نے یکسوئی کی مشقیں بھی بڑے ذوق و شوق کے ساتھ مکمل توجہ کے ساتھ مکمل کر لی ہیں اور حبس دم پر بھی عبور ہے اس لئے آپ کو کوئی دقت انشاء اللہ تعالیٰ نہ ہو گی۔ البتہ جب بھی محویت کے دوران خیال ہٹ جائے اور یہ ذہن میں آئے کہ آپ بستر پر لیٹے ہیں تو اس دن ہدایات کو مشق موخر کریں اور اگلے دن ہدایات کو پھر مضبوط خیال کے ساتھ کوشش کریں یہ سارا کچھ آپ کی یکسوئی پر منحصر ہے ذہن منتشر نہ ہو مکمل ارتکاز توجہ میں ڈوبا ہو بس تیس دن میں مکمل قابو پڑ جائے گا۔ شروع شروع میں جسم سے نکلنے کے بعد کسی تیز آواز وغیرہ سے آپ کو تکلیف ہو گی اور آپ فوراً بستر پر پہنچ جاتے ہیں

لیکن آہستہ آہستہ عام آوازوں اور تیز و کرخت آوازوں کے بھی آپ عادی ہو جائیں گے اور روز مرہ کی مصروفیت کی طرح بازار میں بھی ہجوم اور گاڑیوں کی پریشر ہارنوں کی فضاء میں ہمارے معاشرے کے عام انسان کی مانند گھومتے رہیں گے۔ اور پریشر ہارن، ٹریفک کا اژدحام، بے ڈھنگ موسیقی، تنگ سڑکیں اور گلیاں، تجاوزات، لاؤڈ اسپیکرز، پولیس کی سیٹیاں، دکانداروں کی فضول آوازیں، آپ کے معمولات زندگی کی طرح معمولات بن جائیں گی۔ یہ سب ارتکاز توجہ کے اس مقام پر ہونے سے ممکن ہے کہ آپ کو دنیا و مافیہا آس پاس کی خبر تک نہ رہے۔ جیسے تمام حواس ظاہری آپ کی یکسوئی میں سما گئے ہوں۔

اے جذبہ دل گر میں چاہوں
ہر چیز مقابل آجائے

جب آپ ان مدارج میں ترقی کرتے جائیں۔ اور روحانی صلاحیتیں کام کرنے لگیں بجوبہ بن جائیں تو اپنی ان صلاحیتوں اور عجیب کاموں کے کرنے کا کسی سے ذکر نہ کریں۔ ڈھنڈورا نہ پیٹیں ضبط و جذب کرتے رہیں لوگوں میں شیخی بگھارنے سے گریز کریں ان باتوں اور خفیہ رازوں کا اظہار آپ کے لئے نقصان دہ ہوگا صلاحیت سلب ہو سکتی ہے اور تمام عمر مکھی کی طرح ہاتھ ملتے رہیں گے۔

اس سفر مراقبہ کے ساتھ ہی کتاب " خیال و سانس " کے اختتام کے لئے الفاظ سمیٹ رہا ہوں بندہ فقیر نے کتاب میں خالصتاً مغز مقصد اور مطلب کو بیان کیا ہے۔ بے جا مثالوں اور قیاسات کو یکسر مسترد کیا ہے۔ خواہ مخواہ کے طوالت سے مقصد بیان فوت ہو جاتا ہے کوئی پہلو وضاحت طلب ہو یا کسی بات، امر میں راہنمائی کی ضرورت ہو ہر شائق بذریعہ جوابی لفافہ اپنے سوال کے جواب اور شوق کا حق محفوظ رکھتا ہے۔

انشاء اللہ تعالیٰ قارئین و شائقین کی دعائیں اور اللہ تبارک و تعالیٰ کی رضا اور

زندگی کی وفا شامل حال رہی تو آئندہ کی تصنیفات میں بھی نادر و نایاب مخفی علوم کی مخصوص خدمت کی کوشش کروں گا۔ اللہ آپ کو نیک مقاصد میں سرخرو فرمائے۔

تمت بالخیر
دعاؤں کا طالب
ازلی گنہگار
خالد خان خلجی
خط و کتابت : پیر محمد خان خلجی روڈ کوئٹہ پاکستان
دسمبر ١٩٩٦

خالد خان خلجی
کی دیگر انمول بے نظیر تصانیف
فانوس ابجد
علم ابجد کے نایاب و نادر آسان اور سہل قاعدوں کا بیان جو ہر دور میں خفیہ رکھے گئے۔
اسم اعظم
فاذکرونی اذکرکم (تم مجھے یاد کرو میں تمہیں یاد کروں گا۔) القرآن
اسم اعظم کے سربستہ راز پر سیر حاصل بحث و تحقیق' اسم اعظم استخراج کرنے
کے قواعد' اپنے غرض و مقصد اور کام کے مطابق اسمائے الٰہی کا بیان اور ورد
قرآن ڈکشنری
کسی بھی دینی اور دنیاوی معاملے میں قرآن کیا کہتا ہے ؟ ہر سوال اور نکتے کا جواب
ایک طرح قرآن پاک کی ڈکشنری جس میں پورے قرآن مجید کے مضامین ابجد
کی ترتیب سے ہر پارے اور مسئلے میں صرف اردو ترجمہ سے بیان کئے گئے ہیں
تاکہ مسلم اور غیر مسلم ہر کوئی اس بے نظیر ڈکشنری سے استفادہ کر سکے
اس نوعیت کی ڈکشنری پہلی بار آپ کی نظروں سے گذرے گی۔
ملنے کا پتہ
ادارہ روحانی سائنس
میر محمد خان خلجی روڈ کوئٹہ پاکستان
فون: 840565